JOYCE MEYER

Vindecarea sufletului *unei* femei

Cum să-ți vindeci rănile emoționale

Vindecarea sufletului *unei* femei

Vindecarea sufletului *unei* femei

Cum să-ți vindeci rănile emoționale

JOYCE MEYER

Traducere: Ionela Ilie

Alfa Omega Publishing
2020, Timișoara

*P*ublicată în original în limba engleză sub titlul:
Healing the soul of a woman

Hachette Book Group, parte a editurii
Hachette book Group, New York

Copyright © 2018
by Joyce Meyer

Tradusă în limba română și publicată cu autorizare.
Dacă nu există alte precizări, citatele biblice sunt luate din traducerea Dumitru Cornilescu a Bibliei.

Traducere: Ionela Ilie
Corectură: Daniela Groza
Tehnoredactare și prelucrare grafică: Camelia Mocofan și Bianca Lazea

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
Meyer, Joyce
Vindecarea sufletului unei femei : cum să-ți vindeci rănile emoționale / Joyce Meyer ; trad.: Ionela Ilie. - Timișoara : Alfa Omega Publishing, 2020
ISBN 978-606-045-020-7
I. Ilie, Ionela (trad.)
2

Versiunea în limba română: ***Vindecarea sufletului unei femei***
Copyright © 2020 Alfa Omega Publishing

Editura: Alfa Omega Publishing
C.P. 1141, O.P. 8
300890 - Timișoara, România
Tel/Fax: + (40) 256-284.912

E-mail: info@alfaomega.tv
Comenzi online: www.alfaomega.tv/librarie

ISBN 978-606-045-020-7

CUPRINS

INTRODUCERE 7
CAPITOLUL 1: ISTORIA FEMEILOR 11
CAPITOLUL 2: CUM SĂ TRĂIEȘTI CEA MAI BUNĂ VIAȚĂ 21
CAPITOLUL 3: DUMNEZEU ÎI VREA PE CEI RĂNIȚI 29
CAPITOLUL 4: CE ESTE UN SUFLET SĂNĂTOS? 39
CAPITOLUL 5: AJUTOR! NU MĂ ÎNȚELEG PE MINE ÎNSĂMI 47
CAPITOLUL 6: EȘTI PREAIUBITA LUI DUMNEZEU 57
CAPITOLUL 7: OAMENII RĂNIȚI RĂNESC LA RÂNDUL LOR 67
CAPITOLUL 8: RENUNȚĂ LA VINĂ ȘI RUȘINE 77
CAPITOLUL 9: CUM SĂ TE DESCOPERI PE TINE ÎNSĂȚI 87
CAPITOLUL 10: PARCAREA INTERZISĂ 97
CAPITOLUL 11: NU EȘTI DEFECTĂ 107
CAPITOLUL 12: RĂNILE PRODUSE DE PĂCAT 117
CAPITOLUL 13: ÎNVĂȚÂND SĂ TRĂIEȘTI DIN INTERIOR SPRE EXTERIOR 125
CAPITOLUL 14: AI TOT CE ÎȚI TREBUIE 135
CAPITOLUL 15: PIEDICI ÎN CALEA VINDECĂRII 145
CAPITOLUL 16: PIEDICA AUTOCOMPĂTIMIRII 155
CAPITOLUL 17: APĂRĂ-TE 163
CAPITOLUL 18: STABILEȘTE LIMITE – NU CONSTRUI ZIDURI 171
CAPITOLUL 19: CUM SĂ DEVII CEL MAI BUN ALIAT AL TĂU 181
CAPITOLUL 20: VINDECAREA RĂNILOR PRODUSE DE CODEPENDENȚĂ 189
CAPITOLUL 21: BINECUVÂNTĂRILE UNUI SUFLET SĂNĂTOS 197
CAPITOLUL 22: CĂRAREA LIPSITĂ DE SUFERINȚĂ 207
CAPITOLUL 23: MARELE SCHIMB 217

POSTFAȚĂ 225

ANEXA I 227
ANEXA II: CINE EŞTI ÎN HRISTOS 239
NOTE DE SFÂRŞIT 243

DESPRE AUTOARE 247

INTRODUCERE

El tămăduiește pe cei cu inima zdrobită și le leagă rănile.

Psalmii 147:3

Oare poate fi vindecată o femeie care a fost profund rănită, fie din cauza circumstanțelor din viața ei, fie de către o persoană pe care a iubit-o și în care avea încredere? Îi pot fi vindecate oare inima și sufletul? Oare mai poate iubi și avea încredere din nou? Fiind o femeie abuzată sexual de către tatăl ei, abandonată de mama ei și înșelată de către primul ei soț, eu vă pot spune fără ezitare: „Da!" Dacă ai sufletul rănit, te simți singură, neiubită și neînțeleasă, te asigur că nu trebuie să rămâi în această stare.

Beauty for Ashes, publicată în 1994, a fost prima carte despre vindecarea emoțională scrisă de mine. De atunci, am avut parte de nenumărate alte experiențe în acest domeniu și cunosc mult mai bine Cuvântul lui Dumnezeu, așa că vreau să vă împărtășesc și vouă aceste lucruri. Am scris alte cărți care cuprind anumite lucruri pe care le voi împărtăși în această carte, dar, cu ajutorul Domnului, acesta va fi un manual cuprinzător, din perspectivă biblică, despre subiectul vindecării emoționale.

Nenumărați oameni umblă cu sufletele rănite din cauza suferințelor din trecut, ei fie neavând habar că pot fi vindecați, fie neștiind ce e de făcut sau de unde să înceapă. Eu vă voi împărtăși ceea ce am învățat de-a lungul călătoriei mele și, chiar dacă voi aveți o cu totul altă călătorie, sper ca povestea mea să vă inspire și să vă călăuzească pe măsură ce veți păși pe drumul ce vă va duce la împlinire.

Așa cum trupurile noastre se pot îmbolnăvi, și sufletele noastre se pot îmbolnăvi, dar Dumnezeu vrea să ne vindece fiecare parte rănită, inclusiv sufletul. Sufletul reprezintă mintea, voința și sentimentele. Acesta reprezintă partea noastră interioară și este o parte foarte importantă. Oricât de multe lucruri materiale am avea, sau oricât de bune ar fi circumstanțele din viața noastră, dacă sufletul ne e rănit, suferind și sângerând, nu ne vom putea bucura de viață. Fie că suferința noastră se datorează rușinii, mâniei, amărăciunii, depresiei, îndoielii, nesiguranței, vinei sau fricii, aceasta trebuie confruntată și tratată.

Ani întregi m-am târât prin viață crezând că am cea mai bună viață posibilă, ținând cont de trecutul meu. Țin minte că, în adolescență, credeam că voi avea mereu o viață execrabilă din cauza a ceea ce-mi făcuse tatăl meu. Nici măcar nu am încercat să-mi confrunt problemele datorate trecutului meu doar fiindcă eu credeam că acestea nu au rezolvare. Însă mă înșelam.

E uimitor cât de tare ne putem înșela, dar, dacă nu ne dăm seama cât de greșită e gândirea noastră, nu avem cum să scăpam de ea. În această carte, sper să vă pot arăta ce viață uimitoare, minunată și împlinită puteți avea. Cu ajutorul lui Dumnezeu, puteți învăța cum să gândiți și să vă comportați în așa fel încât să vă eliberați, devenind niște femei uimitoare, așa cum v-a creat Dumnezeu.

După ce veți înțelege ce anume aveți la dispoziție, mă rog să luați decizia de a lua în primire ceea ce vi se oferă! Lumea ne oferă o mulțime de remedii pentru rănile sufletești, iar unele dintre acestea e posibil să fie de ajutor, dar Isus ne oferă vindecare deplină. El ne vindecă și ne înviorează sufletele. Psalmistul David a spus că Dumnezeu i-a înviorat sufletul (Psalmii 23:3). Atunci când ceva anume e înviorat, înseamnă că e reînnoit.

Ce fel de viață ți-a pregătit Dumnezeu, ca femeie ce a fost creată după chipul Său? În niciun caz nu Și-a dorit ca tu să fii

marginalizată, neapreciată, abuzată, chinuită și bătută. El ne oferă iubire necondiționată, o valoare infinită, ne întregește, ne îndreptățește, ne oferă pace și bucurie, iar acestea reprezintă doar începutul binecuvântărilor Sale pentru cei care cred în El și păşesc alături de El prin viață!

În timp ce porniți în această călătorie de vindecare a sufletului, vă rog să nu uitați că vindecarea durează. De asemenea, uneori este dureros deoarece trebuie să redeschidem rănile vechi pentru a putea elimina din ele infecția care puroiază și care ne otrăvește sufletele. Femeile ale căror suflete au nevoie de vindecare nu au decât două opțiuni. Prima e să continue să se târască prin viață, încercând să treacă cu bine de fiecare zi, iar a doua e să spună: „Am avut parte de destulă suferință, nefericire, prefăcătorie, vinovăție și rușine, iar acum sunt gata să fac orice e nevoie pentru a fi reîntregită!"

CAPITOLUL 1:

ISTORIA FEMEILOR

Dați tot ce aveți mai bun, transformând micile scântei ale posibilității în flăcări ale reușitei.

Golda Meir

Întâi de toate, trebuie să precizez că Dumnezeu a fost Cel care a creat femeia. Cu toate că întâi l-a creat pe Adam, imediat și-a dat seama că acesta avea nevoie de un ajutor, așa că a luat o coastă din partea laterală a lui Adam, arătând astfel că ea avea să umble alături de Adam prin viață, el având nevoie de ea. Ea nu a fost făcută din talpa lui Adam, arătând astfel că el o putea călca în picioare.

Dacă vă e cunoscută povestea creației (Geneza 1-3), poate știți că, după ce i-a creat pe Adam și pe Eva, Dumnezeu i-a pus într-o grădină foarte frumoasă, numită Eden, planul Lui fiind ca ei să se bucure de o viață îmbelșugată și să aibă parte de tovărășie cu El. Ei aveau libertatea de a face alegeri, primind autoritatea de a stăpâni peste animale și peste tot locul unde trăiau. Însă Dumnezeu le-a spus să nu facă un singur lucru, și anume să nu mănânce din pomul cunoștinței binelui și răului, al binecuvântării și nenorocirii (Geneza 2:9; 16-17). Ei puteau mânca din orice alt pom, inclusiv din pomul vieții. Din această relatare, e clar că Dumnezeu voia ca întreaga Sa creație să fie plină de viață, căci numai El putea da viață, iar intenția Sa inițială era ca ei să cunoască numai binele, nu și răul.

Desigur că Dumnezeu a știut încă de la început, căci El e atotștiutor, că Satana, care i-a apărut Evei sub formă de șarpe, avea să o înșele și că ea și Adam aveau să mănânce din singurul pom din care El le interzisese să mănânce. Acea singură acțiune greșită a dat

naștere întregii suferințe și nenorociri care există acum pe pământ. Poate că spuneți: „Dacă Dumnezeu știa că planul Său perfect avea să dea greș, atunci de ce nu l-a făcut infailibil?" Răspunsul este foarte simplu: Dumnezeu l-a creat pe om cu liber arbitru deoarece El Își dorea ca oamenii să aibă părtășie cu El din proprie inițiativă, nu din obligație. El voia ca oamenii să-I fie parteneri în viață, nu voia niște simple marionete care să nu aibă de ales decât să I se supună.

Ar fi ușor să ne supărăm pe Adam și pe Eva și să spunem: „De ce ați fost atât de proști?" Însă niciunul dintre noi nu s-ar fi descurcat mai bine. Chiar dacă Dumnezeu i-a creat dându-le liber arbitru, adică aveau posibilitatea să nu Îl asculte, El a avut un plan încă de la început pentru restaurarea și întregirea deplină a bărbaților și femeilor. Pe scurt, acest plan este chiar *Isus*.

Dumnezeu ne iubește atât de mult, încât, încă de la începutul timpului, El a plănuit să-Și lase singurul Fiu să plătească pentru păcatele noastre pentru ca noi să putem fi mântuiți pe deplin. Mântuirea înseamnă viață, dar viața pe care ne-o oferă Dumnezeu nu reprezintă doar capacitatea de a respira și de a ne mișca, ci El ne oferă „viață" așa cum numai Dumnezeu știe. Noi putem fi umpluți cu viața oferită de Dumnezeu. Această viață este atât de puternică, încât orice ni s-ar fi întâmplat în trecut ca să distrugă sufletele, putem fi vindecați și reîntregiți pe deplin. Moartea este învinsă de viață, iar întunericul e cotropit de lumină. Isus e atât Viață, cât și Lumină. De aceea, în Ioan 1:4 scrie: „În El era viața, și viața era lumina oamenilor."

Vă pot asigura că Dumnezeu are întotdeauna un plan. Orice ți s-ar fi întâmplat, Dumnezeu are un plan pentru tine, fiind un plan bun.

După ce Satana a reușit să o înșele pe Eva, ispitind-o să nu asculte, Dumnezeu i-a spus acestuia ceva ce ne ajută să înțelegem de ce, de-a lungul istoriei, femeile au fost atât de marginalizate, nerespectate și neapreciate. În Geneza 3:14-15 scrie:

> „Domnul Dumnezeu a zis șarpelui: 'Fiindcă ai făcut lucrul acesta, blestemat ești între toate vitele [domestice] și între toate fiarele [sălbatice] de pe câmp; în toate zilele vieții tale, să te târăști pe pântece și să mănânci țărână [și ce conține aceasta]. Vrăjmășie voi pune între tine și femeie, între sămânța ta și Sămânța ei. Aceasta îți va zdrobi capul, și tu îi vei zdrobi călcâiul.'"

Trebuie remarcat faptul că, în acest verset, „Sămânța" Evei e un cuvânt scris cu majusculă, pe când sămânța șarpelui nu e scris cu majusculă. Aceasta deoarece sămânța Evei este Isus Hristos. Ea este mama tuturor ființelor și e în linie genealogică directă cu Isus. Dumnezeu l-a anunțat pe Satana că Sămânța Evei îi va zdrobi capul, adică autoritatea îi va fi luată, iar astfel, va fi înfrânt. Pentru o perioadă, Satana va zdrobi călcâiele copiilor lui Dumnezeu, făcându-se referire la modul în care el ne atacă în umblarea noastră zilnică.

Acest fel de atac a fost lansat și împotriva lui Isus atunci când El se afla pe pământ, dar, în final, El a murit în locul nostru, luându-ne durerea și suferința, suferind mai presus decât ne putem închipui, plătind pentru păcatele noastre. Însă, din fericire, nu așa se sfârșește această poveste. Dacă ar fi așa, atunci Satana ar obține victoria la care a sperat mereu. E adevărat că i-a zdrobit călcâiul Mântuitorului nostru. Însă Isus a stat în mormânt trei zile, timp în care a luat „cheile morții și ale Locuinței morților" (Apocalipsa 1:18), după care a înviat și va trăi pe veci! Prin Sămânța Evei (Isus), Dumnezeu a zdrobit capul (autoritatea) Satanei.

Satanei i-a fost luată autoritatea pe care i-au dat-o Adam și Eva atunci când nu au ascultat, dar, dacă nu știm că el e înfrânt, atunci vom continua să-i permitem să-și desfășoare planul cel ticălos în viețile noastre. Satana este înfrânt, iar vouă vă stă la dispoziție o viață plină de vindecare și abundență! Pentru a primi această viață, nu trebuie decât să Îl primiți pe Isus ca Mântuitor, prin credință, dar

și să credeți că promisiunile din Cuvântul lui Dumnezeu sunt pentru voi. După ce o veți face, veți porni într-o călătorie de o viață întreagă alături de Isus, care vă va călăuzi mereu de-a lungul drumului.

Chiar dacă simți că te afli pe fundul prăpastiei, Dumnezeu Își poate întinde brațul ca să te scoată de acolo. El te va așeza pe un loc înalt, dându-ți o pace care depășește orice înțelegere și o bucurie de nedescris. Dumnezeu va veni să te întâlnească acolo unde te afli, ajutându-te să ajungi acolo unde ar trebui să fii.

Atacuri satanice asupra femeilor

Tratamentul crud și nedrept îndurat de femei de-a lungul secolelor nu poate fi pus decât pe seama unui atac demonic. Pentru a vă face să înțelegeți ceea ce vreau să spun, vă voi prezenta câteva statistici pe care le știu eu (pentru mai multe statistici, consultați anexa I).

DREPTUL LA VOT

• Ratificat în data de 18 august 1920, al XIX-lea amendament al Constituției Statelor Unite le oferea femeilor dreptul de a vota, drept cunoscut sub numele de sufragiul femeilor. Când au fost fondate Statele Unite ale Americii, femeile americane nu aveau aceleași drepturi ca bărbații, aici fiind inclus și dreptul la vot.[1]

REMUNERARE EGALĂ ȘI DREPTUL LA PROPRIETATE

• În medie, femeile din America ce lucrează cu normă întreagă pierd în total peste 840 de miliarde de dolari anul din cauza diferenței de remunerare.[2]

EDUCAȚIE

• La nivel global, 65 de milioane de fete nu merg deloc la școală.[3]

• Două treimi din totalul de 774 de oameni analfabeți din toată lumea sunt persoane de genul feminin.[4]

• Dacă toate femeile ar beneficia de educație primară, numărul morților infantile ar scădea cu 15%. Dacă toate femeile ar beneficia de educație secundară, morțile infantile ar fi reduse la jumătate, putând fi salvate astfel 3 milioane de vieți. Educația mamelor poate îmbunătăți nutriția copiilor. Dacă toate femeile ar beneficia de educație primară, 1,7 milioane de copii nu ar mai fi subcrescuți din cauza subnutriției.[5]

GENEROCID

• Demografii estimează că lipsesc 126 de milioane de femei din cauza *generocidului* (uciderea unor persoane pe baza sexului de care aparțin, numit și feminicid). Tot atâtea morți au fost provocate de Primul Război Mondial, al Doilea Război Mondial și SIDA laolaltă. În fiecare an mor 2 milioane de fetițe din cauza avortului selectiv și a infanticidului. Asta înseamnă că mor câte patru fete în fiecare minut. Numai în China lipsesc 62 de milioane de femei, adică 9,5% din populația feminină a țării.[6]

• Generocidul afectează femeile de toate vârstele, dar cel mai des întâlnit e în rândul celor mai tinere. În ultimii 20 de ani, avortul selectiv pe baza sexului a înlocuit infanticidul ca fiind principala metodă de a elimina fetițele.[7]

VIOLENȚĂ ȘI ABUZ ÎMPOTRIVA FEMEILOR

• Se estimează că 35% din femeile din întreaga lume, la un moment dat în viață, au fost supuse fie violenței fizice, fie abuzului sexual de către un partener intim, fie violenței sexuale de către cineva care nu le era partener. Însă unele studii la nivel național arată că până la 70% dintre femei au fost supuse, la un moment dat în viață, violenței fizice sau sexuale de către un partener intim.[8]

• Femeile adulte reprezintă aproape jumătate din numărul total al victimelor traficului de persoane la nivel global. Femeile împreună cu fetele formează un procent de 70%, fetele reprezentând două din trei victime ale traficului cu minori.[9]

TRAFICUL DE PERSOANE

• Femeile și fetele alcătuiesc 98% din victimele traficului ce deservește exploatarea sexuală.[10]

• Vârsta medie la care un adolescent intră pe piața traficului sexual e de 12-14 ani în Statele Unite. Multe victime sunt fete fugite de acasă care au fost supuse abuzului în copilărie.[11]

• Conform Departamentului de Stat American, traficul de persoane este una dintre cele mai mari provocări la adresa drepturilor omului din acest secol, atât în Statele Unite, cât și în lume.[12]

Din fericire, femeile au mai progresat, mai ales în lumea occidentală, dar femeile încă mai sunt abuzate chiar și acolo. În multe alte locuri din lume încă se mai petrec multe dintre cele descrise de mine mai devreme, în fiecare zi. Lupta pentru libertatea și restaurarea femeilor continuă, dar mă bucur să știu că vindecarea poate avea loc datorită credinței în Dumnezeu și mă bucur și că lucrarea noastră ajută la obținerea acestei libertăți pentru femeile de pretutindeni.

Fiindcă au fost neapreciate și neonorate de atâta vreme, multe femei din ziua de azi, chiar și din locuri unde s-a făcut un progres uriaș, nu își cunosc adevărata valoare. Ele se îndoiesc de abilitățile pe care le au și, de cele mai multe ori, nici măcar nu vor să încerce să facă ceva măreț cu viețile lor din simplul motiv că le-a fost cultivată o gândire greșită. „Sunt doar o femeie" e o afirmație care mie îmi displace. Această afirmație e cât se poate de grăitoare.

Țin minte că, atunci când Dumnezeu m-a chemat în slujire, am avut parte de numeroase respingeri pentru simplul motiv că eram femeie, iar femeile nu predică din Cuvântul lui Dumnezeu. Mi s-au spus lucruri de genul: „Femeile au voie să predea la școala duminicală, dar nu au voie să predice în timpul slujbei principale din biserică." Acest lucru nu avea niciun sens, căci, din moment ce nu se cuvine ca femeile să predice, atunci ar fi la fel de nepotrivit

ca ele să predice la școala duminicală, așa cum e nepotrivit să predice în timpul slujbei principale din biserică, ori să fie pastori sau evangheliști, sau să aibă orice fel de funcție în cadrul Bisericii.

Am fost judecată, criticată, mi s-a cerut să-mi părăsesc biserica, am fost ostracizată de familie și prieteni până când m-am dus înaintea lui Dumnezeu, m-am rugat și I-am reamintit că, femeie fiind, eu nu puteam face tot ceea ce simțeam în inima mea că trebuia să fac. L-am auzit în mod clar pe Dumnezeu șoptindu-mi în inimă: „Joyce, Eu știu că ești femeie!" El voia ca eu să continui să fac ceea ce-mi cerea, în ciuda opoziției de care mă loveam. Din fericire, de-a lungul anilor, gândirea multor oameni s-a mai schimbat, chiar dacă nu a tuturor. Să sperăm, însă, că vom ajunge să vedem ziua în care femeilor li se va permite să-și ocupe locul de drept în toate ramurile societății și să fie respectate, onorate și apreciate.

Unele femei care au decis să lupte pentru drepturile lor au devenit rebele, dezvoltând atitudini care nu le sunt benefice nici lor, nici lumii în care trăim. E de înțeles de ce a pornit de la bun început mișcarea de eliberare a femeilor. Femeile se săturaseră să mai fie oprimate, așa că, în cele din urmă, au decis să se elibereze. Însă, pe durata acestui proces de eliberare, multe femei sunt acum în pericol de a dezvolta o atitudine excesivă și care nu e deloc conformă voii lui Dumnezeu.

În mod clar, Dumnezeu i-a dat lui Adam (adică bărbaților) autoritate asupra Evei (adică femeilor), dar nu pentru a o conduce, ci pentru a o proteja. Femeile au o dorință intrinsecă de a fi îngrijite, prețuite, de a se simți în siguranță, iar bărbații ar trebui să le împlinească această dorință. Însă, fiindcă acest lucru nu s-a întâmplat, în mai multe cazuri, femeile au început să preia controlul și să facă ceea ce ar fi trebuit să fie îndatorirea bărbaților. Dacă lucrurile ar fi mers cum trebuie încă de la început, nu ar mai exista acest dezechilibru, însă, fiindcă nu a fost așa, din păcate, frumoasa relație pe care Dumnezeu a dorit-o între bărbați și femei

s-a pierdut. Nu ar trebui să căutăm în lume rezolvare la această situație, ci în Cuvântul lui Dumnezeu, căci, dacă respectăm principiile dumnezeiești din Scriptură, vom avea parte de un echilibru sănătos care va fi o binecuvântare pentru toată lumea.

Eu sunt o femeie implicată în slujire, directoarea unei lucrări internaționale, dar sunt și o femeie care îi respectă autoritatea soțului său. Eu și Dave ne iubim și ne respectăm reciproc, ascultăm unul de altul, dar suntem supuși și Domnului. Fiindcă am fost abuzată de numeroși bărbați de sute de ori, am avut mult de învățat și nu mi-a fost deloc ușor, dar Dumnezeu m-a ajutat să înțeleg care e planul Lui original pentru coexistența plină de respect și de pace dintre bărbați și femei și mă rog să îl pot prezenta și celor pe care am privilegiul să-i învăț.

Din fericire, istoria noastră nu trebuie să ne devină destin. Eu spun adesea: „Nu am avut un început bun în viață, dar sunt hotărâtă să am un sfârșit bun!" Dacă și tu ai un suflet rănit ce are nevoie de vindecare, mă rog să iei aceeași decizie și să faci aceeași declarație.

„Nu am avut un început bun în viață, dar sunt hotărâtă să am un sfârșit bun!"

Atitudine

S-au scris multe cărți despre pericolul unei atitudini negative și puterea unei atitudini pozitive. Acest capitol nu e intenționat a fi un studiu amănunțit și profund al acestui subiect, dar aș vrea să-l menționez. Ca majoritatea oamenilor care au un suflet rănit, și eu am avut o atitudine extrem de rea. Iată cam cum gândeam eu: *Niciun bărbat nu-mi va mai da mie ordine! De acum înainte, nimeni nu-mi va mai spune ce să fac. Îmi voi purta singură de grijă, așa că nu va mai trebui să cer ajutorul nimănui niciodată. Nu poți avea încredere în bărbați fiindcă ei nu sunt interesați decât să te*

folosească pentru a-și urma propriile interese. Niciodată nu voi mai lăsa pe cineva să mă rănească.

Astfel de gânduri și altele asemenea mi-au trecut prin minte mulți ani la rând. Aveam o atitudine împietrită și o gândire preconcepută. Dacă te regăsești în cele scrise aici, îți sugerez ca, după ce-L inviți pe Isus în inima ta, să-L rogi să lucreze și la atitudinea ta. Nu-ți voi spune că nu vei mai suferi niciodată dacă-ți deschizi inima și primești oameni în viața ta, dar îți pot promite că, dacă vei fi rănită, atunci Isus, Tămăduitorul, îți va fi alături ca să te ajute din nou. Dacă ne petrecem viețile încercând să ne ferim de a mai suferi vreodată, vom avea niște vieți tare singuratice.

Apostolul Pavel le-a scris filipenilor, instruindu-i să aibă și ei aceeași atitudine plină de smerenie pe care a avut-o și Isus Hristos (Filipeni 2:5-8). Gândul de a ne smeri în fața cuiva e înfricoșător, căci o considerăm o slăbiciune și presupunem că, dacă dăm dovadă de slăbiciune, ceilalți vor profita de noi. De fapt, smerenia și atitudinea umilă reprezintă o formă de putere controlată, și nu slăbiciune. Atunci când eu și Dave avem o neînțelegere cu privire la o decizie pe care trebuie să o luăm, nu-mi place dacă nu mi se face pe plac și recunosc că încă mai am nevoie de ajutorul Domnului ca să pot renunța, păstrând o atitudine potrivită. Însă mai știu și că dacă fac ceea ce-mi cere Dumnezeu doar pentru că e ceea ce trebuie să fac, atunci El îmi va purta mereu de grijă și la fel va face și pentru tine.

Când Dumnezeu luptă de partea ta, vei câștiga întotdeauna!

O parte din restaurarea pe care ne-o oferă Dumnezeu e și faptul că trebuie să avem o atitudine sănătoasă, știind când trebuie să ne împotrivim lucrurilor greșite și când trebuie să cedăm și să facem ceea ce ne roagă altcineva să facem. Îi sunt nespus de recunoscătoare Domnului că nu mai trebuie să simt că mă lupt cu lumea întreagă, încercând să obțin ceea ce mi se cuvine

și sunt încântată că am șansa de a vă spune că nu e nevoie să trăiți astfel. Dumnezeu vrea să lupte în locul tău și te rog să mă crezi când îți spun că, atunci când Dumnezeu luptă de partea ta, vei câștiga întotdeauna!

CAPITOLUL 2:

CUM SĂ TRĂIEȘTI CEA MAI BUNĂ VIAȚĂ

În El era viața, și viața era lumina oamenilor.

Ioan 1:4

„Ah, ce viață!" De câte ori auzim această exclamație, posibil să ne gândim cum ar fi să stăm întinși pe plajă în fiecare zi, sau cum ar fi să putem cumpăra automobilul cel nou pe care l-am tot admirat, sau cum ar fi să deținem un iaht și să pescuim de pe puntea acestuia. Însă o astfel de viață s-a dovedit a *nu* fi cea mai bună, deoarece mulți dintre cei care au o astfel de viață recunosc că sunt nefericiți, singuri și triști. Am auzit că Jay Gould, care e un milionar american, avea o mulțime de bani, dar, în momentul morții sale, ar fi spus: „Cred că sunt cel mai nefericit om de pe pământ."

Nu e nimic rău în a avea aceste lucruri, dar acestea nu reprezintă viața, ci sunt doar lucruri. Dumnezeu ne oferă viața adevărată prin Isus Hristos, o viață reală, cea mai bună viață pe care ar putea-o trăi cineva. El ne oferă o viață îndreptățită cu Dumnezeu, una plină de pace și bucurie (Romani 14:17). Isus a spus că El a venit pentru ca noi să avem o viață din abundență, „din belșug" (Ioan 10:10).

Cea mai bună viață posibilă o găsim numai în Dumnezeu fiindcă El e viață, iar viața noastră este un dar de la El. El este Dătătorul de viață!

Ai nevoie de un upgrade?

În prezent, ne stau la dispoziție numeroase tipuri de tehnologii,

două dintre acestea fiind computerele și telefoanele mobile. Companiile care vând aceste dispozitive oferă în mod regulat îmbunătățiri, iar majoritatea dintre noi ne grăbim să le obținem. Nu pierdem timpul deloc, cheltuim mulți bani, așteptăm la cozi, facem tot posibilul să obținem cele mai recente îmbunătățiri. Vrem să avem cel mai bun echipament disponibil.

Dacă suntem atât de agresivi în privința tehnologiei, de ce nu am vrea cea mai bună viață cu putință, fiind la fel de agresivi în ce privește obținerea acesteia? Așa cum trebuie să învățați cum să implementați cel mai nou upgrade pe care-l obțineți, la fel trebuie să învățați să lucrați cu Dumnezeu și cum să implementați planul Lui pentru viețile voastre.

Eu am avut un fel de relație cu Dumnezeu încă de când aveam nouă ani. Între timp, am avut parte de numeroase îmbunătățiri. Am învățat încontinuu lucruri noi, înțelegând mult mai bine ce anume pot avea datorită relației mele cu El. Așadar, poți să nu știi nimic sau să fii educat în spiritul Scripturii, eu cred că toți eșuăm în a trăi pe deplin viața pe care Dumnezeu ne-o oferă prin Hristos, inclusiv eu. De aceea trebuie să ne dezvoltăm și să învățăm mereu. Acest proces continuă pe durata întregii noastre vieți și, aș putea adăuga eu, e unul pe care îl consider foarte interesant. Ce-ar fi să promiți chiar acum să-ți petreci restul vieții învățând cum să te bucuri de cea mai bună viață pe care o poți primi prin Isus Hristos? În Efeseni 2:10 se vorbește tocmai despre această viață atunci când scrie:

> Căci noi suntem lucrarea [opera] Lui [Dumnezeu] și am fost zidiți [născuți din nou] în Hristos Isus pentru faptele bune pe care le-a pregătit [le-a plănuit dinainte] Dumnezeu mai dinainte [ca noi să urmăm cărări pregătite de El dinaintea timpului] ca să umblăm în ele [trăind viața cea bună pe care El a prearanjat-o și a pregătit-o pentru ca noi să o putem trăi].

Uneori, când citim o carte, avem tendința să sărim peste versetele folosite de către autor, așa că aș vrea să vă rog să vă opriți puțin din citit și să citiți foarte atent versetul pe care tocmai l-am citat eu, gândindu-vă foarte bine ce mesaj vă transmite.

Vreau să vă prezint parafrazarea mea: *Dumnezeu ne-a creat; noi suntem opera Sa. Din cauza păcatului, am dus vieți distruse, dar, datorită mântuirii oferită nouă de către Isus, ne-am născut din nou, sau am fost reînnoiți iarăși. Acum putem să o luăm de la capăt și să învățăm cum să facem totul așa cum trebuie. Dumnezeu a avut mereu un plan bun pentru oamenii Lui și așa va fi mereu. Acest plan le stă la dispoziție tuturor celor ce-l aleg și care vor învăța cum să-l implementeze.*

Eu am primit un upgrade major în anul 1976. Ați putea spune că a fost chiar o restructurare completă de sistem, aceasta apărând după ce am I-am cerut Domnului o schimbare deoarece mă săturasem să fiu atât de nefericită. El mi-a răspuns prin a-mi dărui dorința sinceră de a-I studia Cuvântul, învățând despre tot ce-mi stătea la dispoziție. Înainte de asta, eram creștină de mulți ani, mergeam la biserică și mă străduiam să fiu bună. Asemenea multor oameni, aveam și eu o părere greșită despre ce înseamnă să fii creștin cu adevărat. Adesea, reducem ideea de creștinism la mersul la biserică, poate chiar dăruirea câtorva bănuți, rostirea unei rugăciuni în momente de disperare, poate citirea ocazională a Bibliei și încercarea de a fi bun. Însă acest mod de viață nu oferă deloc împlinire, și nu face decât să producă frustrare. Devenim confuzi deoarece credem că facem ceea ce ar trebui, dar avem în continuare niște vieți nefericite.

Însă, pe măsură ce studiam Cuvântul Domnului și puneam în aplicare cele învățate, niște schimbări uimitoare au început să apară în mine, în sufletul meu. Recunosc că nu a fost mereu repede sau ușor, fiind adesea dureros, mai ales din punct de vedere emoțional. De exemplu, a trebuit să-mi recunosc greșelile și să

încetez să pun toate problemele pe seama trecutului meu sau să-i învinovățesc pe ceilalți, iar acest lucru a fost foarte dificil! Atunci când cineva a trăit într-o stare de negare pentru mai mult timp, nu e prea ușor să înfrunte apoi adevărul. La fel se întâmplă și atunci când primești un upgrade pe telefonul tău. Chiar dacă ai vrut acel upgrade, după ce l-ai primit, nu te-ai mai obosit să înveți noile caracteristici deoarece cu cele vechi era mult mai ușor. Cel puțin, așa fac eu.

Nici măcar nu-mi pot închipui ce aș putea face cu computerul și cu telefonul meu dacă mi-aș face timp să învăț toate caracteristicile, exersând folosirea acestora până aș deveni pricepută. Din când în când, fiul meu trebuie să mă ajute cu câte ceva ce s-a defectat la computerul meu, iar când vede metodele învechite pe care încă le mai folosesc, cu toate că am un echipament nou, el îmi spune: „Habar nu ai cât de ușor ți-ar fi dacă ai învăța metoda cea nouă!"

Un mod nou de viață

Isus a spus că El este Calea (Ioan 14:6). La începutul creștinismului, i se spunea adesea „Calea". Planul lui Dumnezeu include un mod de a trăi care ne va aduce toate lucrurile bune pe care ni le pune El la dispoziție. Acest plan începe prin acceptarea lui Isus ca Mântuitor al nostru. E posibil ca o persoană care merge regulat la biserică să nu fie deloc creștină. Creștinismul nu înseamnă doar apartenența la o biserică și încercarea de a fi bun, ci acesta e strâns legat de Isus și de ceea ce a făcut El pentru noi. El S-a oferit pe Sine ca jertfă și plată pentru păcatele și vina noastră, iar atunci când Îl primim, El vine, prin intermediul Duhului Său, ca să trăiască, să locuiască în noi. De îndată ce te-ai născut din nou (adică te pocăiești de păcate și-L primești pe Isus ca Mântuitor),

Creștinismul nu înseamnă doar apartenența la o biserică și încercarea de a fi bun.

nu mai ai nevoie să te lași condus de reguli și legi, așteptându-te să fii răsplătit de către Dumnezeu dacă vei continua să le respecți pe toate, ci vei putea fi condus și îndrumat de către Duhul Sfânt, care te va călăuzi spre planul perfect al lui Dumnezeu pentru viața ta. Chiar e vorba cu adevărat de un mod nou de viață.

Cartea Evrei din Noul Testament ne vorbește despre calea cea nouă și plină de viață pe care Isus a deschis-o prin moartea și învierea Sa (Evrei 10:20). Sunt câteva lucruri ce trebuie învățate cu privire la modul cel nou de viață, lucruri ce vor părea incomode sau poate chiar neobișnuite, deoarece acestea sunt altfel decât tot ce ați învățat anterior. Unul dintre acestea este îndrumarea Domnului de a ne ierta dușmanii, adică pe cei care ne abuză, ajungând chiar să-i iubim și să-i binecuvântăm. Pentru mine, acesta a fost un lucru foarte greu. Să-mi iert tatăl, care mi-a furat copilăria folosindu-mă doar pentru a-și satisface plăcerea? Să-mi iert mama? Ea știa ce-mi făcea tatăl meu, dar s-a prefăcut că nu știa nimic și m-a tratat ca și cum eu aș fi greșit cu ceva. A-i ierta mi se părea un lucru irațional și mi-a luat foarte mult timp să fiu dispusă să o fac, chiar și atunci fiind destul de dureros.

Acesta e doar unul dintre numeroasele lucruri pe care Dumnezeu mi le-a arătat cu privire la acest mod nou de viață, tocmai de aceea spun că această călătorie durează toată viața. Chiar și acum încă mai învăț. Însă vreau să fiu cât se poate de clară că fiecare cărare pe care m-a condus Duhul Sfânt m-a ajutat mereu să ajung într-un loc mai bun decât cel în care mă aflasem până atunci. Dumnezeu nu ne va cere niciodată să facem ceva dificil, dacă acest lucru nu va conduce spre o viață mai bună. Dacă îți poți începe călătoria cu această încredințare în minte, atunci călătoria ta e posibil să dureze mai puțin decât a mea.

Ca în cazul programelor de pe computer, învățarea noului mod de viață poate fi provocator, noi fiind tentați poate să revenim la vechiul mod de viață, dar, dacă vom continua să urmăm modul cel nou de

viață, vom ajunge să culegem roadele și ne va fi și mai ușor. În această carte vă voi prezenta multe dintre căile cele noi pe care vi le oferă Dumnezeu și mă rog sincer să profitați de fiecare dintre acestea.

Iubind Cuvântul lui Dumnezeu

Eu îmi iubesc Biblia. Aceasta e mult mai mult decât o simplă carte, căci e plină de viață. Aceasta ne învață noul mod de viață și, pe durata acestui proces, începem să resimțim vindecarea sufletelor noastre rănite, dar și speranța în viitor. Solomon a scris despre vindecare, descoperită în instrucțiunile lăsate de Dumnezeu, atunci când a spus:

> Fiule, ia aminte la cuvintele mele, pleacă-ți urechea la vorbele mele! Să nu se depărteze cuvintele acestea de ochii tăi, păstrează-le în fundul inimii tale! Căci ele sunt viață pentru cei ce le găsesc și sănătate pentru tot trupul lor (Proverbele 4:20-22).

Cuvintele lui Dumnezeu sunt viață pentru noi, aducând vindecare în fiecare colț al vieții noastre, inclusiv în viața noastră interioară (sufletul nostru). Întreaga noastră ființă e vindecată prin puterea dătătoare de viață a Cuvântului lui Dumnezeu. Cuvântul Lui va face lucruri uimitoare în viața noastră dacă vom crede ce scrie în el. Cuvântul Domnului ne reînnoiește mintea și ne învață un mod cu totul nou de a gândi despre Dumnezeu, despre viață, despre noi și despre ceilalți oameni.

Asemenea multor oameni, și eu credeam că știu multe, dar majoritatea lucrurilor învățate înainte de a studia Cuvântul lui Dumnezeu erau cu totul greșite. Știam ceea ce mă învățase lumea și știam ceea ce simt, dar nu știam absolut nimic despre modul cel nou de viață despre care Dumnezeu voia să mă învețe. Cuvântul lui Dumnezeu e o lumină pe cărarea noastră (Psalmii 119:105). Studiați-l și faceți ce spune pentru a fi vindecați și întregiți.

Cuvântul lui Dumnezeu e un medicament pentru sufletele noastre rănite. Poate vă întrebați: „Cum e posibil ca studierea unei cărți să devină un medicament pentru rănile emoționale din trecutul meu?" Vreau să vă explic prin folosirea unui exemplu. Dacă te duci la farmacie ca să iei o rețetă, te întorci acasă cu niște pastile pe care începi să le iei. Aceste pastile conțin un medicament care promite să-ți vindece infecția, să-ți pună capăt durerii, sau să te vindece de ceea ce te doare. Iei medicamentele regulat și, dacă tot continui să ai probleme, atunci te duci cu rețeta la farmacie din nou și o iei de la capăt. Cuvântul lui Dumnezeu e plin de o putere dătătoare de viață, vindecătoare. Chiar dacă pare a fi doar o carte, cu pagini pline de cuvinte, atunci când e asimilată în inima ta cu regularitate și crezi ce spune, aceasta are cu adevărat o uimitoare putere de vindecare.

Cuvântul lui Dumnezeu e plin de promisiuni pentru cei care ascultă ceea ce spune El, iar aceste promisiuni se adresează tuturor celor care cred și au încredere în El.

Cuvântul lui Dumnezeu e un medicament pentru sufletele noastre rănite.

Dacă studierea Bibliei ți se pare descurajatoare, sau dacă crezi că niciodată nu vei înțelege Biblia, atunci îți sugerez să te alături unui grup de oameni cuviincioși care sunt pe aceeași cale ca și tine și să o studiați împreună. Găsește un grup cu o bună reputație, cu un lider priceput în domeniile în care ai nevoie de ajutor.

Un alt mod de a primi ajutor e prin intermediul terapiei de grup, care a ajutat mulți oameni, căci îți oferă oportunitatea de a fi alături de oameni care pot înțelege cu adevărat prin ceea ce ai trecut. Dacă nu poți găsi un astfel de grup, te asigur că Duhul Sfânt te va îndruma în mod individual, așa cum a făcut și cu mine. Eu am fost reîntregită după ce am citit diferite cărți de inspirație biblică referitoare la domeniile în care aveam nevoie de ajutor, dar și cu ajutorul studiului biblic, primind învățături biblice sănătoase în biserica mea, dar și prin rugăciune și părtășie cu Dumnezeu.

Dacă sufletul tău are nevoie de vindecare și nu știi de unde să primești acest ajutor, îți sugerez să-I ceri Domnului să te conducă pe calea ce aduce vindecare pe care a pregătit-o pentru tine. El te va călăuzi așa cum ne-a călăuzit pe mine și pe milioane de alți oameni. Urmând călăuzirea Sa, vei primi și tu aceeași vindecare și reîntregire de care am avut parte și noi.

Fiecare om rănit urmărește să fie vindecat, pentru asta putând fi urmate o mulțime de căi diferite. E foarte important să alegi o cale bazată pe Cuvântul lui Dumnezeu și pe promisiunile Sale, altfel, vei deveni tot mai frustrat, căci vei investi timp, efort și poate chiar și mulți bani în ceva ce nu va avea niciun rezultat bun. Cunosc oameni care au plătit sute de mii de dolari pentru programe de tratament care promiteau vindecare și eliberare, dar nu s-au simțit deloc mai bine până când nu L-au primit pe Isus în viețile lor, începând să se bazeze pe El și să urmeze căile pregătite de El.

Cel mai important este să iei decizia de a primi ajutorul de care ai nevoie în cazul în care sufletul îți e rănit din cauza unor situații din trecut sau din prezent, având astfel nevoie de vindecare. Să știi că te așteaptă o viață uimitoare, una plină de pace și bucurie, de speranță și entuziasm. E o viață pe care nu vrei să o ratezi!

CAPITOLUL 3:

DUMNEZEU ÎI VREA PE CEI RĂNIȚI

Viața lipsită de răni nu seamănă deloc cu viața Învățătorului.

Brennan Manning

Adevărata noastră problemă nu o reprezintă faptul că suntem răniți, ci faptul dacă suntem dispuși sau nu să fim vindecați. Dumnezeu se folosește de rănile noastre pentru a ne da înțelepciune și pentru a ne pregăti să putem aduce lumină în întunericul altor suflete rănite. Brennan Manning a spus: „Într-o încercare inutilă de a ne șterge trecutul, lipsim comunitatea de darul nostru vindecător. Dacă ne ascundem rănile de teamă și de rușine, atunci întunericul din noi nici nu va putea fi iluminat, nici nu va putea fi transformat într-o lumină pentru ceilalți."[13]

Adevărata noastră problemă nu o reprezintă faptul că suntem răniți, ci faptul dacă suntem dispuși sau nu să fim vindecați.

Dumnezeu vrea să aibă în armata Lui soldați care să Îi fii permis să le vindece rănile. Indiferent cine te-a respins în trecut, te asigur că Isus nu te va respinge. Dacă ai simțit vreodată că Dumnezeu nu te-ar putea folosi din cauza trecutului tău, gândește-te la cele scrise de Pavel către biserica din Corint:

> De pildă, fraților, uitați-vă [doar] la voi, care ați fost chemați: printre voi nu sunt mulți [considerați a fi] înțelepți în felul lumii, nici mulți puternici, nici mulți de neam ales (1 Corinteni 1:26).

Poate că îți lipsește educația care te-ar putea ajuta să obții anumite poziții, dar educația ta nu Îl interesează prea mult pe Dumnezeu. El te poate folosi fie cu aceasta, fie fără aceasta. Poate că nu cunoști niciun om influent sau puternic, dar asta nu contează, căci Dumnezeu îți poate da favoare. „Domnul nu Se uită la ce se uită omul; omul se uită la ceea ce izbește ochii, dar Domnul Se uită la inimă" (1 Samuel 16:7). În 1 Corinteni 1:27-28 scrie:

> [Nu] Dar Dumnezeu a ales [a selectat în mod deliberat] lucrurile nebune ale lumii, ca să facă de rușine pe cele înțelepte. Dumnezeu a ales lucrurile slabe ale lumii, ca să le facă de rușine pe cele tari.
>
> Și Dumnezeu a ales [a selectat în mod deliberat] lucrurile josnice ale lumii *și* lucrurile disprețuite, ba încă lucrurile care nu sunt, ca să nimicească pe cele ce sunt.

Dumnezeu îi alege intenționat pe cei care au fost răniți ca să lucreze în armata Împărăției Sale. El lucrează prin rănile și slăbiciunile acestora pentru ca oamenii să-I vadă puterea. Când oamenii din lume cred că sunt puternici și au toate calificările necesare, dar fără a se baza și a se încrede în Dumnezeu, El trebuie să-i treacă adesea cu vederea, alegând în schimb pe cineva care e mai puțin calificat din perspectiva lumii, dar care se bazează în întregime pe El în toate domeniile vieții. Dacă te încrezi în Dumnezeu, s-ar putea să vină ziua în care chiar și oamenii care te rănesc vor vedea lucrurile mărețe pe care le-a făcut Dumnezeu în viața ta și prin tine, folosindu-te ca instrument al Său.

A avea experiență e un beneficiu, dar obținerea experienței este dureroasă. În loc să te gândești prin câte lucruri dureroase ai trecut în viață, nu ar fi mai bine să te gândești la câtă experiență ai căpătat acum și la câte oportunități ți se oferă datorită faptului că ești fiica lui Dumnezeu? Nu uita că Dumnezeu nu respinge pe nimeni. Tocmai de aceea a și spus Isus:

> Oricine crede în El [cine se agață de, se încrede în, se bazează pe El] nu este judecat [cel care crede în El nu ajunge la judecată niciodată; pentru acesta nu este respingere, nici condamnare; el nu suferă nicio condamnare]... (Ioan 3:18).

Atunci când dai interviu pentru o slujbă, o întrebare care ți se va adresa cu siguranță este: „Ce experiență aveți?" Angajatorul probabil că va fi interesat de ce fel de educație ai, însă dacă pentru aceeași slujbă dau interviu două persoane care au aceeași educație, dar una dintre ele are experiență în domeniu, iar cealaltă nu are, atunci cu siguranță că slujba o va primi persoana cu experiență.

Experiența ne oferă ceva ce nu putem găsi niciunde altundeva. Noi învățăm din Cuvântul lui Dumnezeu și din experiența de viață (Proverbe 3:13). E ușor de vorbit despre ceva anume, dar numai experiența face ca ceea ce spunem să merite a fi ascultat. Lumea e plină de oameni care vorbesc despre ceea ce nu știu, încercând să-i educe pe ceilalți cu privire la ceva ce nu au experimentat niciodată.

E ușor de vorbit despre ceva anume, dar numai experiența face ca ceea ce spunem să merite a fi ascultat.

Îmi amintesc de un psiholog care mi-a spus că, în timp ce stătea cu pacienții ei și le vorbea neîncetat, își dădea seama că nu îi ajuta deloc, iar uneori simțea chiar că habar nu avea despre ce vorbea. După ce a citit cartea mea despre vindecarea interioară *Beauty for Ashes* (Frumusețe în loc de cenușă, n.tr.) și prima mea carte despre minte, *Câmpul de bătălie al minții*, a spus că a început să-i asculte cu adevărat pe cei care veneau la ea, permițându-le să vorbească despre durerea lor, iar atunci când le oferea sfaturi, le recomanda aceste două cărți. Ea era educată în psihologie, dar eu aveam experiență; prin urmare, educația ei și experiența mea au folosit împreună la ajutorarea pacienților ei.

Nu spun că fiecare psiholog și fiecare psihiatru trebuie să fi experimentat tot ce au experimentat și pacienții lor, dar cred că educația lor e mult îmbogățită dacă au trebuit să aplice în propriile vieți principiile despre care vorbesc.

Tindem să disprețuim lucrurile rele prin care am trecut, dar Dumnezeu le poate folosi pentru a-i ajuta pe alții dacă Îi permitem. Nu cred nicio clipă că Dumnezeu a pus la cale abuzul meu pentru ca eu să am experiență, ci cred că El s-a folosit de experiența mea ca să ajute alți oameni și la fel va face și cu experiența pe care ai căpătat-o tu.

Dumnezeu se folosește de oricine e dispus să se lase folosit de către El, dar, în cadrul activității pentru Împărăție, sunt câteva funcții pe care numai cei cu experiență le pot ocupa. Dacă cineva suferă, e foarte frustrant și inutil să încerci să vorbești cu cineva despre asta dacă respectiva persoană habar nu are prin ce trece. Când suferim, avem nevoie de empatie, iar cea mai potrivită persoană să ne-o ofere e numai cineva care a trecut prin ce trecem noi.

Ce anume Îl califică pe Isus să ne ajute?

Prima ta reacție la această întrebare ar putea fi: „Joyce, păi bine, dar El este Fiul lui Dumnezeu! Oare nu tocmai asta Îl califică?" Însă Biblia ne spune că Isus a ales să simtă și El durerea noastră.

> Măcar că era Fiu, a învățat [în mod activ, special] să asculte prin lucrurile pe care le-a suferit. Și, după ce [prin experiența Sa completă] a fost făcut desăvârșit [echipat], S-a făcut pentru toți cei ce-L ascultă urzitorul unei mântuiri veșnice (Evrei 5:8-9).

Aceste două versete îmi transmit nespus de multe nu numai despre Isus, ci și despre viața mea. Isus avea nevoie de experiență pentru a fi Mai Marele nostru Preot pentru a putea spune cu

adevărat că ne înțelege suferința. Experiența mea în ce privește puterea de vindecare a lui Isus mă califică să le pot spune altora cu îndrăzneală că Isus le va vindeca și lor sufletele rănite așa cum mi l-a vindecat pe al meu.

Isus a suferit și a căpătat experiență, iar asta L-a pregătit pentru ceea ce I-a dat Tatăl Lui de făcut. Pavel a spus că noi avem un Mare Preot care poate să „înțeleagă, să simpatizeze și să ne știe slăbiciunile", fiindcă și El a trecut prin ceea ce trecem noi (Evrei 4:15). De fiecare dată când citesc și meditez la Scriptură, rămân uimită, fiindcă îmi dă speranță că ceea ce mi s-a întâmplat va fi folosit pentru a ajuta alți oameni.

Fiindcă El e bun, Dumnezeu poate transforma răul provocat de Satana în ceva benefic pentru noi și pentru alții care au nevoie de ajutor. Noi suntem soldați în armata Domnului, dar, în loc să-Și interneze soldații răniți într-un spital, El îi pune pe aceștia în poziții cu o mai mare putere și influență.

Când Moise a ajuns la un moment dat să aibă nevoie de ajutor, Dumnezeu i-a spus să găsească niște bărbați înțelepți, înțelegători, experimentați și respectați, pe care să-i promoveze (Deuteronom 1:13). În acest moment, vă îndemn să vă oferiți experiența în slujba Domnului, pentru ca El să o folosească, dacă nu ați mai făcut asta niciodată până acum. Țin minte foarte clar că I-am spus Domnului: „Chiar dacă sunt distrusă, sunt a Ta dacă mă poți folosi", și chiar așa a făcut. Nimic din ceea ce-I oferim Domnului nu se irosește. El ia piesele distruse din viețile noastre și face din ele ceva frumos. El ne dă frumusețe în schimbul cenușii. Elisabeth Elliot a spus: „De un singur lucru sunt absolut sigură, și anume de faptul că povestea scrisă de Dumnezeu nu se termină niciodată cu cenușa."[14]

Povestea scrisă de Dumnezeu nu se termină niciodată cu cenușa.

Această afirmație mă emoționează și îmi dă speranță. Chiar dacă pornim de la cenușă, după ce Îi dăm lui Isus cenușa noastră, El o transformă în ceva frumos. Nu vă lăsați durerea să se irosească fiind plini de amărăciune și resentimente de-a lungul întregii vieți fiindcă simțiți că ați fost nedreptățiți. În schimb, faceți din experiențele voastre niște unelte valoroase prin care să îi ajutați pe alții.

Dumnezeu i-a spus următoarele lucruri lui Isaia, pentru ca el să le transmită mai departe celor care se temeau din cauza necazurilor prin care treceau:

> Iată, te fac o sanie ascuțită, nouă de tot, cu mulți dinți; vei zdrobi, vei sfărâma munții și vei face dealurile ca pleava.
>
> Le vei vântura și le va lua vântul și un vârtej le va risipi, dar tu te vei bucura în Domnul, te vei făli cu Sfântul lui Israel.
>
> Cei nenorociți și cei lipsiți caută apă și nu este; li se usucă limba de sete. Eu, Domnul, îi voi asculta; Eu, Dumnezeul lui Israel, nu-i voi părăsi. (Isaia 41:15-17)

Dacă citești cu atenție, vei vedea că Dumnezeu promite să te transforme într-o unealtă valoroasă care poate fi folosită ca să-i ajute pe cei ce caută ajutor. Îmi place ideea de a fi un instrument nou și ascuțit, care poate fi folosit ca să facă munții bucăți atât de mici, încât să poată fi luate de vânt. Mulți oameni se confruntă cu niște munți care le stau în cale și pe care cred că nu-i vor putea depăși niciodată, dar voi vă puteți folosi experiența pentru a-i ajuta.

Experiențe sfințite

Psalmistul David a vorbit despre anumite experiențe sfințite pe care le-a avut (Psalmii 119:7). Cuvântul „sfințit" înseamnă „pus

deoparte pentru a fi folosit de Dumnezeu", „consacrat", „declarat sfânt". Lucrurile dureroase și nedrepte care ni se întâmplă în viață nu sunt de la Dumnezeu, dar El le poate sfinți pentru a le putea folosi apoi. Îmi place lucrul acesta! Satana e adevăratul nostru dușman și, de fapt, el e cel care ne provoacă durerea și suferința, dar, dacă Îi permitem lui Dumnezeu să sfințească acele dureri și să le folosească pentru a-i ajuta pe alții, atunci am aflat cum putem învinge răul prin bine (Romani 12:21).

Dacă nu îți place ce a făcut diavolul în viața ta, sau distrugerea pe care a provocat-o, atunci nu îi face pe plac, fiind plină de resentimente, mânioasă și plină de autocompătimire. În schimb, permite-I lui Dumnezeu să-ți sfințească durerea, și atunci vei vedea împlinirea scripturii care spune că, chiar dacă dușmanul ți se va împotrivi pe o cale, în cele din urmă, tot va fugi dinaintea ta pe șapte cărări (Deuteronom 28:7). Nu mai trebuie să-ți petreci viața fugind de durerea trecutului tău, ci îl poți pune pe diavol (care îți e adevăratul dușman) pe fugă.

Femeilor li se întâmplă multe lucruri care le rănesc sufletele, dar niciunul dintre acestea nu trebuie să fie lăsat să se irosească. Iată o scurtă listă cu câteva dintre lucrurile care ne rănesc:

- Abuzul de orice fel
- Faptul că suntem intimidate
- Faptul că suntem bătute de soți violenți
- Un soț infidel
- Moartea unui copil sau a soțului
- Bolile cronice
- Divorțul
- Stresul de a purta de grijă
- Respingerea

• Marginalizarea (de către un părinte, soț, un prieten sau de angajator)

• Trădarea venită din partea unui prieten

• Faptul că ești ținta bârfelor sau minciunilor

• Un copil bolnav sau suferind

• Un om drag care urmează o cărare distructivă în viață

• Prejudecata

• Faptul că ești victima unei infracțiuni

• Neputința de a avea copii

• Neputința de a împlini așteptările celorlalți

• Lupta cu greutatea corporală, cu acneea sau vreun altfel de imperfecțiune fizică

• Când simți că nu ești suficient de inteligentă, de frumoasă, de bună

Oricare dintre aceste nedreptăți poate fi îndreptată de către Dumnezeu, fiind folosită spre slava Sa. Nimic din ceea ce te-a rănit nu te poate marca pe viață. Îți poți reveni după absolut orice, căci Dumnezeu poate vindeca orice.

Dumnezeu poate vindeca orice.

Marcată pe viață

Abuzul poate fi de natură sexuală, emoțională, mentală sau fizică. Abuzul de orice fel este dăunător, dar se spune că violul este cel mai distrugător pentru sufletul unei femei. Se spune că abuzul fizic, cel emoțional sau cel sexual, îndreptate asupra copiilor, marchează creierul femeilor, creând anumite tipare. Auzind așa ceva, o persoană ar putea crede că va fi marcată negativ pentru tot restul vieții, dar eu am vești bune: noi suntem marcați, etichetați și însemnați de către Duhul Sfânt, fiind păstrați pentru a fi folosiți în mod special de către Dumnezeu, indiferent prin ce am trecut.

> Și voi, după ce ați auzit cuvântul adevărului (Evanghelia mântuirii voastre), ați crezut în El și ați fost pecetluiți cu Duhul Sfânt, care fusese făgăduit și care este o arvună a moștenirii noastre, pentru răscumpărarea celor câștigați de Dumnezeu, spre lauda slavei Lui (Efeseni 1:13-14).

Eticheta pusă de Duhul Sfânt ne garantează că vom fi mântuiți pe deplin și vom intra în posesia moștenirii noastre în Hristos. Oricât de răniți am fi la începutul călătoriei noastre spre reîntregire, Dumnezeu ne garantează că vom izbândi, atât timp cât nu ne dăm bătuți. El adună fragmentele vieților noastre zdrobite pentru a fi sigur că nimic nu se irosește.

Pentru a înțelege mai bine ce anume reprezintă acest sigiliu al Duhului Sfânt, vreau să vă prezint o relatare din vremea în care Pavel a scris scrisoarea către efeseni. Efes era un oraș cu multe afaceri forestiere. Muncitorii se duceau în pădurile din amontele râului care traversa orașul, unde tăiau bușteni care apoi erau marcați, sau însemnați cu sigiliul companiei forestiere pentru care lucrau. Acești bușteni erau trimiși să plutească în aval, după care erau depozitați în Efes până când proprietarii lor aveau nevoie de ei pentru vreun proiect. Fiindcă erau marcați cu sigiliul proprietarului, aceștia nu puteau fi furați.

Tu ai fost pecetluită și marcată de către Dumnezeu.

Noi am fost cumpărați cu un preț, iar acesta e sângele lui Isus; am fost sigilați cu Duhul Sfânt, care să ne apere cât așteptăm să fim răscumpărați. Diavolul vine numai ca să fure, să ucidă și să distrugă, dar Isus a venit pentru ca noi să avem viață și să o avem din belșug (Ioan 10:10).

Tu ai fost pecetluită și marcată de către Dumnezeu, căci ești a Lui, ești în siguranță.

Unul dintre lucrurile pe care și le doresc femeile este să se simtă în siguranță, și vreau să știți că, alături de Dumnezeu, sunteți în siguranță.

Ești pusă deoparte (sfințită) pentru a fi folosită de către Dumnezeu, asta incluzând tot ce ți s-a întâmplat, orice lucru dureros sau distrugător. Te îndemn să lași în seama Duhului Sfânt toată durerea provocată de trecut și toate rănile și să-I ceri să înceapă să-ți refacă viața. Nu-ți irosi durerea, ci lasă-L pe Dumnezeu să o folosească spre binele tău.

CAPITOLUL 4:

CE ESTE UN SUFLET SĂNĂTOS?

Da, numai în Dumnezeu mi se încrede sufletul; de la El îmi vine ajutorul.

Psalmii 62:1

Sufletul unei femei este mai degrabă un loc mistic deoarece nu poate fi văzut și rareori poate fi înțeles, chiar și de către femeie. Însă acesta are un rol important în cadrul ființei noastre. Știm ce este trupul nostru fiindcă nu trebuie decât să ne privim în oglindă pentru a-l vedea. Poate nu ne place ceea ce vedem, dar, cel puțin, știm ce este. Noi suntem ființe spirituale, având un suflet și trăind într-un trup. Sinele interior este alcătuit din spirit și suflet, iar cel exterior e reprezentat de trup.

Spiritul unei femei se află acolo unde Duhul Sfânt vine să locuiască după ce aceasta se naște din nou. Atunci când Îl primește pe Isus ca Mântuitor al ei, spiritul ei devine locuința lui Dumnezeu, iar din moment ce El nu poate sta într-un loc ce nu e sfânt pe deplin, spiritul omenesc este sfințit, sau devine sfânt chiar atunci. De fapt, în acea clipă, noi primim tot ceea ce ne trebuie pentru a avea niște vieți extraordinar de minunate, dar, în necunoștință de cauză, e nevoie de timp și de un studiu aprofundat al Cuvântului lui Dumnezeu pentru ca noi să înțelegem acest lucru. Chiar și după ce ne dăm seama de ceea ce avem, tot mai trebuie să decidem să ne purtăm ca atare. Cunoașterea e primul pas, dar apoi trebuie să facem și al doilea pas, adică să punem în aplicare ceea ce cunoaștem acum.

De exemplu, Isus este Prințul Păcii, așadar, din moment ce El trăiește în femeia lui Dumnezeu, aceasta beneficiază de pace, dar tot

se îngrijorează, e stresată și dă dovadă de emoții haotice. A fi haotic înseamnă a fi instabil, imprevizibil, inconsecvent, schimbător sau capricios. De îndată ce femeia decide că nu mai vrea să trăiască și să se poarte astfel, lăsându-se manipulată de circumstanțele în care se află, ea va începe să-și lase partea emoțională a sufletului să fie călăuzită de către Duhul Sfânt, care se află în ea. Ea va trebui să se bazeze pe Dumnezeu pentru a-i da puterea de a-L asculta, iar dacă a fost o fire independentă, asta ar putea dura mai mult, putând apărea și câteva încercări eșuate de a rămâne calmă în furtunile vieții înainte de a începe să observe schimbări.

Pentru a nu ne descuraja, e important să ne amintim faptul că Dumnezeu a promis că va încheia lucrarea cea bună pe care a început-o în noi (Filipeni 1:6). Însă noi trebuie să continuăm să ne urmărim scopul și să nu ne dăm bătuți niciodată. În cele din urmă, treptat, sufletul nostru va găsi odihnă în Domnul.

Știm cum este să stăm jos și să ne odihnim trupul, dar poate că nu știm cum să ne odihnim în interior, în suflet. Atunci când ne odihnim pe deplin mintea, voința și emoțiile, atunci și numai atunci vom reuși să ne eliberăm de tirania circumstanțelor și a oamenilor care ne supără. Nu putem controla toate circumstanțele vieții noastre, dar Dumnezeu ne-a dat rodul autocontrolului și, cu ajutorul Lui, putem învăța cum să ne controlăm reacțiile la tot ce se petrece în jurul nostru. Aceasta este adevărata libertate.

Un suflet sănătos este odihnit; acesta nu este tulburat de emoții. Acesta nu se îngrijorează, nu se teme, nu se preocupă și nici nu îi e frică. Acesta nu e împovărat de vină sau rușine. Acesta și-a găsit sălaș în Domnul și are încredere că El se va ocupa de tot ce îl preocupă. Cu siguranță, în prezent, avem multe lucruri pentru care să ne preocupăm. Dacă ești o mamă singură și încerci să-ți crești singură copiii, sau ai un copil cu nevoi speciale, ori poate ești mereu presat de situația financiară, te confrunți cu o boală, sau ai în grijă părinții în vârstă, ar putea părea absurd să spui: „Poți avea

un suflet odihnit." Dacă te simți astfel, să știi că te înțeleg pe deplin. Însă, pentru Dumnezeu, nimic nu e imposibil și tu poți avea parte de o odihnă supranaturală pe care numai El ți-o poate da.

Responsabilitate

Cu toții avem multe responsabilități și nu le putem ignora. Femeile se îngrijesc de numeroase lucruri chiar dacă au soți buni, dar pentru un părinte singur aceste responsabilități sunt cu atât mai multe. Când o femeie spune că se duce la culcare, e posibil să ajungă să facă încă vreo 10 lucruri mărunte în timp ce se duce spre pat, dar dacă un bărbat spune că se duce la culcare, numai asta va face. Una dintre fiicele mele are patru copii adolescenți. Cu 37 de ani în urmă, când eram la începutul lucrării, eu aveam trei adolescenți, așa că știu cât de provocator poate fi acest lucru. Însă viața nu era atât de complicată pe atunci așa cum este acum.

O văd pe fiica mea făcând numeroase lucruri și pare că acest lucru se întâmplă în fiecare zi. Soțul ei tocmai a fost într-o excursie la pescuit, iar ea s-a gândit că va avea acasă câteva zile mai liniștite. Plănuise să-și facă timp pentru ea și era nerăbdătoare. În prima zi când a crezut că e singură în sfârșit, au sunat de la școală; una dintre fiicele ei era bolnavă și trebuia să meargă să o ia acasă. Apoi, fiul ei care e la colegiu a venit acasă după-amiaza și voia să-și aducă acasă și iubita. Ea nu a mai avut parte de timpul petrecut de una singură, fiindcă viața și-a urmat cursul.

Avem responsabilități. Dumnezeu ne invită să ne aruncăm îngrijorările (1 Petru 5:7), nu să ne ignorăm responsabilitățile. E uimitor cât de ușor devine totul dacă facem lucrurile fără stresul pe care-l purtăm de obicei în sufletele noastre. Cred că energia noastră sporește foarte mult atunci când ne odihnim sufletele și avem pace în interior. Nu

Dumnezeu ne invită să ne aruncăm îngrijorările, nu să ne ignorăm responsabilitățile.

cunosc niciun alt mod de a scăpa de stresul de care avem parte în prezent decât învățând să ne încredem în Dumnezeu întotdeauna, în toate lucrurile.

Isus a spus că, dacă venim la El, atunci El ne va oferi odihna sufletului.

> Veniți la Mine, toți cei trudiți și împovărați, și eu vă voi da odihnă. [Vă voi ușura, elibera și revigora sufletele] (Matei 11:28).

Dacă citim versetul următor, vedem că ne putem bucura de odihna oferită de El numai dacă învățăm căile Sale.

> Luați jugul Meu asupra voastră și învățați de la Mine, căci Eu sunt blând [blajin] și smerit [umil] cu inima; și veți găsi odihnă [ușurare, tihnă, înviorare, recreere și o liniște binecuvântată] pentru sufletele voastre. (Matei 11:29)

Aș vrea să-ți sugerez să te oprești puțin și să recitești aceste două versete, gândindu-te la profunzimea celor spuse de Isus aici. Există odihnă pentru sufletul tău! Pacea în mintea ta, în emoțiile tale și în voința ta îți stă la dispoziție.

Eu nu-mi ascult întotdeauna sfaturile, iar de curând m-am supărat și m-am îngrijorat din pricina unei situații. Mai aveam câteva ore până începeam să slujesc în cadrul unui eveniment, iar acela e cel mai prost moment să mă supăr, dar am făcut-o. O anumită situație nu a fost rezolvată adecvat, lucru care avea să-mi fie nefavorabil, iar, în acel moment, numai eu puteam rezolva treaba. Însă, dacă aș fi fost sinceră cu mine însămi, lucru care nu e întotdeauna ușor, mi-aș fi dat seama că, chiar dacă era o responsabilitate pe care nu o puteam ignora, nu era nevoie să mă ocup de asta chiar atunci. Astfel am ajuns cu nervii întinși chiar înainte să predau la o conferință importantă și, chiar dacă

Dumnezeu a fost bun cu mine și totul a fost bine pentru oameni, eu mi-am pierdut pacea și confortul pe care sunt obișnuită să le am atunci când predic. Atunci mi-a fost mult mai greu să predic și mi-am dat seama că mesajul meu nu era prea bun. Mă tot uitam la ceas, dorindu-mi să mi se termine timpul rezervat, iar atunci când abia aștept să termin mai repede, știu că am o problemă.

Voiam să-ți spun asta deoarece e important să-ți dai seama că, oricine ai fi sau oricât ai fi progresat, uneori îți vei permite să revii la vechile obiceiuri. Acest lucru pare valabil mai ales în ce ne privește gândurile și emoțiile. Adu-ți aminte mereu că Dumnezeu e milostiv și, orice greșeală ai fi făcut, pentru El nu e nicio surpriză și nimic nu Îl șochează. El știe deja ce vei face dinainte ca tu să faci acel lucru, dar te iubește oricum. Cu Dumnezeu, mereu poți avea parte de un nou început!

Crede în promisiunile Domnului

Cartea Evrei ne spune că numai dacă credem vom putea primi pacea Domnului (Evrei 4:3, 10). Când ne punem încrederea și ne bazăm pe Dumnezeu și promisiunile pe care ni le face, vom începe să avem un suflet sănătos.

Voința omului face parte din suflet și trebuie să ne folosim liberul arbitru pentru a alege voia lui Dumnezeu. Dacă, de exemplu, Cuvântul Domnului ne spune să nu facem ceva, dar noi tot facem acel lucru, nu vom avea odihnă în suflete până când nu ne căim și suntem iertați de Dumnezeu. Bunul nostru plac și Dumnezeu nu merg mână în mână. Dumnezeu vrea ca noi să credem cu adevărat ceea ce spune El fiindcă, atunci când o facem, înseamnă că ne supunem Lui. Când se întâmplă asta, vom avea și odihnă în suflete. Cred că putem afirma că, la începutul călătoriei noastre cu Dumnezeu, cu toții ne ghidăm după bunul plac, iar ca să îl

Bunul nostru plac și Dumnezeu nu merg mână în mână.

schimbăm pe acesta cu voia Domnului e nevoie de mult timp și, adesea, e foarte dureros pentru noi. Copilașii spirituali sunt la fel ca cei ai oamenilor. Și unii și alții vor să se facă după placul lor și se comportă urât atunci când nu li se face pe plac. Așa cum noi ne educăm copiii, și Dumnezeu ne educă pe noi.

Dacă ai nevoie de vindecare pentru sufletu-ți rănit, crede-mă când îți spun că știu din proprie experiență că cel mai bine e să faci cum spune Dumnezeu. Eu am învățat să mă supun voii lui Dumnezeu după mai mulți ani și chiar și acum mai învăț cum să renunț la anumite lucruri, dar, de fiecare dată când mă încred suficient în Dumnezeu încât să fac ceea ce spune, viața mea devine tot mai bună. Atunci, sufletul meu se bucură de și mai multă odihnă.

Încrederea (bazarea pe Dumnezeu) e singura modalitate de a avea odihna dată de Dumnezeu. Cu cât mai multe ne încredem în Dumnezeu, cu atât mai ușoară ne devine viața, deoarece aflăm că El chiar se ocupă de lucrurile pe care I le încredințăm. Chiar dacă nu o face când vrem noi, sau cum vrem noi, tot o face și va avea mereu grijă de noi pentru că ne iubește necondiționat.

Chiar acum, ia decizia de a te încrede în Dumnezeu mai mult decât în ceea ce simți, ceea ce vrei sau ceea ce crezi. Promisiunile Sale sunt mai măreț și merită încrederea noastră mai mult decât orice. Toate celelalte lucruri sunt efemere, dar Cuvântul Său e durabil și veșnic.

Ia decizia de a te încrede în Dumnezeu mai mult decât în ceea ce simți, ceea ce vrei sau ceea ce crezi.

Noi clădim o viață, iar fundația pe care clădim e chiar mai importantă decât fundația pe care ne construim casa. Ce fundație clădești în viața ta? Se bazează pe părerea populară, pe ceea ce crezi sau simți, ori pe lucrurile cu care sunt de acord oamenii? Dacă e vorba de vreunul dintre aceste lucruri, să știi că acum

construiești pe un teren nesigur. Isus a relatat o pildă pentru a exemplifica acest lucru.

> De aceea, pe oricine aude aceste cuvinte ale Mele și le face [le ascultă], îl voi asemăna cu un om cu judecată [prudent, practic, înțelept], care și-a zidit casa pe stâncă.
>
> A dat ploaia, au venit șuvoaiele, au suflat vânturile și au bătut în casa aceea, dar ea nu s-a prăbușit, pentru că avea temelia zidită pe stâncă.
>
> Însă oricine aude aceste cuvinte ale Mele și nu le face va fi asemănat cu un om nechibzuit [fără minte], care și-a zidit casa pe nisip.
>
> A dat ploaia, au venit șuvoaiele, au suflat vânturile și au izbit în casa aceea: ea s-a prăbușit, și prăbușirea i-a fost mare (Matei 7:24-27).

Aceste versete spun că ploaia și șuvoaiele vin oricum, fie că zidim pe Stânca Isus, ori pe nisipuri mișcătoare. Nimeni nu poate evita greutățile și încercările vieții, dar oamenii care și-au construit viața pe fundația adecvată (Isus), vor trece victorioși prin furtuni.

Schimbă-ți gândirea

Dacă vrei să-ți schimbi viața, trebuie să-ți schimbi gândirea. Gândurile noastre au un efect uimitor asupra noastră. Apostolul Pavel ne învață că Dumnezeu are un plan minunat pentru viețile noastre, dar, pentru a-l vedea împlinindu-se, trebuie să ne reînnoim mintea.

> Să nu vă potriviți chipului veacului acestuia, ci să vă prefaceți prin înnoirea minții voastre, ca să puteți deosebi bine voia lui Dumnezeu: cea bună, plăcută și desăvârșită (Romani 12:2).

Dacă ai sufletul rănit, sunt sigură că mare parte din gândirea ta nu e conformă încă celor scrise în Cuvântul lui Dumnezeu. Probabil că, mai mult decât orice, Satana ne folosește gândurile pentru a încerca să ne controleze. El ne poate sugera anumite gânduri, așa cum a făcut cu Eva, dar noi nu trebuie să le primim și să ni le însușim. Însă o vom face dacă nu știm că acestea sunt niște minciuni menite să ne țină înrobiți.

Mai devreme am spus că eu credeam că, fiindcă am fost abuzată sexual, aveam să am mereu o viață ratată. Credeam că așa este, deoarece numai asta știam să cred. Însă, când am aflat că Dumnezeu a spus că pot renunța la trecut ca să mă bucur de un viitor minunat, mi-am dat seama că gândirea mea greșită mă ținea înrobită și la fel se poate întâmpla și cu voi.

În capitolele următoare, îți voi dezvălui numeroasele minciuni pe care Satana le folosește ca să ne țină sub robia durerii din trecut și cred că, de îndată ce vei vedea adevărul, acesta te va elibera!

CAPITOLUL 5:

AJUTOR! NU MĂ ÎNȚELEG PE MINE ÎNSĂMI

Cel mai greu lucru în viață e să te cunoști pe tine însuți.

Thales

Ți-a spus cineva vreodată: „Nu te înțeleg deloc!”? Eu am auzit asta de multe ori în viață și niciodată nu am putut oferi un răspuns bun fiindcă adevărul este că nici eu nu mă înțelegeam pe mine însămi. Faci cumva anumite lucruri, ca apoi să te întrebi de ce le-ai făcut sau poate te porți în anumite feluri, în mod repetitiv chiar, iar apoi să te întrebi de ce o faci? Cum rămâne cu lucrurile pe care le spui? Scoți cumva pe gură cuvinte care îi rănesc pe ceilalți, dar tot nu ești sigură de ce le-ai spus? Poate că eu și cu tine nu știm de ce facem ceea ce facem, dar există un motiv.

Învățarea cauzei comportamentelor noastre este esențială dacă vrem să le schimbăm. Dacă studiem Cuvântul lui Dumnezeu, ne ajută să devenim mai perceptivi. Astfel, putem afla că putem avea o teamă în viețile noastre care ne afectează acțiunile și modul în care reacționăm. Eu am crescut cu teamă și a trebuit să îmi dau seama că aceasta mă afectează în mod neplăcut, mai ales în ce privește relațiile mele. Eu am o personalitate îndrăzneață, astfel că mi-a fost greu să accept faptul că multe dintre reacțiile mele față de ceilalți oameni și față de anumite situații se datorau acestei temeri. Prea puțini oameni le place să recunoască faptul că se

Învățarea cauzei comportamentelor noastre este esențială dacă vrem să le schimbăm.

tem, dar oamenilor agresivi și îndrăzneți, ca mine, nu le place deloc să recunoască asta fiindcă ne face să ne simțim slabi și că nu mai deținem controlul.

Chiar și acum mi se mai întâmplă să am o reacție ciudată față de ceva anume, dar dacă mă opresc și Îl rog pe Dumnezeu să-mi arate de ce am spus ceva anume sau de ce m-am purtat într-un anumit fel, El îmi arată deseori că principala cauză este teama. Însă acum pot reacționa diferit față de cum reacționam atunci când am pornit în această călătorie de vindecare a propriului meu suflet. Acum știu că, și atunci când mă tem, mă pot încrede în Dumnezeu. Nu trebuie să *ne fie* teamă doar pentru că *simțim* că ne e teamă.

Teama este unul dintre principalele mijloace prin care diavolului îi place să-i chinuiască pe oameni. El vrea să ne controleze prin intermediul acesteia, împiedicându-ne astfel să fim așa cum vrea Dumnezeu să fim. Regele David a spus că, atunci când se temea, se încredea mereu în Domnul (Psalmii 56:3). Acest bărbat avea o relație minunată cu Dumnezeu, el fiind un rege ce avea multă putere și autoritate, dar chiar și el se mai temea uneori. Toți ne confruntăm cu teama, dar nu trebuie să-i permitem să ne controleze.

Câteva dintre reacțiile mele nesănătoase se datorau nesiguranței, sau sentimentului că nu mă integram, ori că ceva era în neregulă cu mine, dar și fricii de a nu fi respinsă. Mă temeam nespus ca ceilalți să nu profite de mine, făcându-mă fie să le limitez oamenilor accesul în viața mea, fie, dacă le permiteam să intre, să încerc să dețin controlul în fiecare situație.

Îți recomand ca, atunci când ai o reacție nepotrivită sau neașteptată față de o persoană sau de o anumită situație, în loc să o treci cu vederea, să îți faci timp să te gândești la asta și să Îl rogi pe Dumnezeu să te ajute să înțelegi de ce te-ai comportat în acel mod. Acest lucru m-a ajutat enorm să aflu care e cauza problemelor din viața mea.

Discernământ

În contextul creștin, discernământul reprezintă percepția ce urmărește călăuzirea și înțelegerea spirituală.[15] O definiție mult mai practică ar fi „să vezi dincolo de aparențe, văzând lucrurile așa cum sunt cu adevărat." Cred că trebuie să ne înțelegem pe noi înșine, iar pentru asta trebuie să ne facem timp ca să vedem care e motivul ce stă în spatele comportamentelor noastre, în loc să observăm numai comportamentele în sine.

De curând, am avut o atitudine greșită într-o anumită situație. Cu toate că nu mi-am manifestat această atitudine, în inima mea, am știut că acea atitudine nu era pe placul lui Dumnezeu, astfel că m-am oprit și L-am rugat pe El să îmi arate de ce simțeam ceea ce simțeam. În câteva momente, am auzit în inima mea cuvântul „gelozie". La început, nu am vrut să cred că eram geloasă pe cineva, dar apoi mi-am dat seama că era adevărat, așa că L-am rugat pe Dumnezeu să mă ajute să mă maturizez pentru a nu mai avea acea atitudine. Nu m-am simțit mustrată de ceea ce am observat, ci mai degrabă m-am simțit ușurată că am observat. Ține minte mereu că nu poți face nimic în privința unui lucru pe care nu îl observi. Nu te teme să pășești în lumină alături de Dumnezeu și lasă-L să-ți arate adevărul.

> Căci mi-ai izbăvit sufletul de la moarte, mi-ai ferit picioarele de cădere, ca să umblu înaintea lui Dumnezeu, în lumina celor vii. (Psalmii 56:13)

Dacă nu înfruntăm adevărul, nu vom scăpa de ceea ce ne fură pacea și bucuria. Ca să avem discernământ, trebuie să o luăm mai încet și să gândim mai profund pentru a putea să ne dăm seama ce anume stă la baza comportamentelor noastre. E foarte important să aflăm de ce facem ceea ce facem. Uneori, e nevoie să trecem printr-o criză ca să ne trezim și să ne ajute să vedem la noi înșine ceea ce văd și ceilalți.

Nu te teme să pășești în lumină alături de Dumnezeu

Eu am avut un comportament nepotrivit mulți ani la rând din cauza abuzului suferit în copilărie. Când eu și Dave eram căsătoriți de vreo șapte ani, într-o dimineață, el se pregătea să plece la serviciu, iar eu mă purtam foarte nepoliticos și fără lipsă de respect cu privire la ceva ce voia el să facă. Acest tip de comportament nu era ceva neobișnuit pentru mine, dar, în acea dimineață, el nu a mai putut suporta și mi-a spus: „Joyce, să știi că e bine că nu îmi bazez încrederea în mine ca bărbat pe modul în care mă tratezi tu și îmi vorbești. Dacă vei continua să te porți astfel, să știi că s-ar putea să mi se schimbe atitudinea pe viitor." După ce mi-a spus asta, a plecat la lucru. Pentru mine, a fost un moment critic, fiindcă Dave nu făcea niciodată amenințări goale. Aveam împreună trei copii și îl iubeam. Nu voiam ca el să mă părăsească, așa că am decis să fac un efort și să mă schimb.

Nu vă recomand să încercați să vă schimbați fără să-I cereți mai întâi ajutorul lui Dumnezeu, fiindcă nu veți reuși să o faceți. Trebuie să ne lăsăm conduși de Duhul Sfânt, deoarece El este Învățătorul și Călăuza noastră. I-am cerut lui Dumnezeu să mă ajute, iar El a început să-mi trimită la mână resurse care m-au ajutat să capăt discernământ, pentru a putea descoperi adevărata cauză a problemelor mele.

Un lucru care m-a ajutat enorm, a fost să citesc niște cărți despre diferitele personalități pe care le pot avea oamenii. Am rămas uimită de percepția pe care am dobândit-o nu numai cu privire la mine însămi, ci și la ceilalți. Vă recomand călduros să vă faceți timp ca să citiți și alte materiale pe lângă această carte și chiar să vă faceți un test de personalitate. Multe dintre aceste teste pot fi găsite și online și cred că vă vor ajuta ca să vă înțelegeți mai bine în cadrul acestei călătorii spre vindecare.

Când vorbim despre vindecarea celor cu inima frântă, cred că vorbim despre vindecarea celor care au personalitatea frântă. Personalitatea este o combinație între temperamentul cu care ne

naștem și tot ceea ce ni se întâmplă, mai ales în anii de formare. Conform testului pe care l-am făcut, eu am o personalitate de tip A, colerică. Trăsăturile acestui tip de personalitate îmi explicau foarte bine comportamentul și mi-au fost de mare ajutor.

Prima carte pe care am citit-o era despre o personalitate călăuzită de Duhul Sfânt, carte scrisă de Tim LaHaye. (Acum, el a scris mai multe cărți despre acest subiect.) Cartea lui mi-a arătat că, chiar dacă aveam acest temperament cu care mă născusem, cu puncte slabe și puncte puternice, puteam învăța cum să fiu călăuzită de Duhul Sfânt în modul în care reacționam la ceilalți oameni și la viață, în general.

Una dintre slăbiciunile temperamentului meu este dorința de a controla oamenii și lucrurile. Persoana colerică e un adevărat lider; aceasta se bucură să preia controlul asupra oricărei situații și să le spună celorlalți ce să facă. A trebuit să învăț că această trăsătură de caracter poate fi bună atunci când trebuie să mă ocup de ceva anume și să preiau conducerea, dar nu e deloc bună dacă o folosesc pentru a încerca să controlez lucrurile care nu mă privesc. A fost interesant să aflu că multe dintre cele mai mari puncte tari ale noastre pot fi, în același timp, cele mai mari slăbiciuni ale noastre dacă nu învățăm să urmăm principiile divine în viața noastră.

Învață tot ce poți despre tine însăți și asta te va ajuta să devii cine ești cu adevărat. Cred că toți avem o personalitate de fațadă, pe care o arătăm lumii, dar Dumnezeu vrea să fim cine suntem cu adevărat, adică să fim persoanele pe care El ne-a creat.

Învață tot ce poți despre tine însăți și asta te va ajuta să devii cine ești cu adevărat.

Nu trebuie să aștepți să aibă loc o criză în viața ta pentru a-ți începe călătoria de vindecare și întregire. Cu cât începi mai repede, cu atât mai fericită vei fi.

De curând, am vorbit cu un consilier profesionist care să mă ajute să scriu această carte și am întrebat-o cum reușește ea să-i ajute pe oamenii care au sufletele rănite. Ea a spus că primul lucru care i s-a spus că trebuie făcut este să le facă un test de personalitate. Mi s-a părut interesant că, chiar dacă eu nu am avut parte de consiliere profesională, Duhul Sfânt m-a călăuzit să fac același lucru pe care l-ar fi făcut și un consilier.

Găsește-ți calea

Există numeroase căi care ne pot duce la aceeași destinație în ce privește vindecarea sufletelor noastre. Nu trebuie să urmăm toți aceeași cale pentru a găsi vindecarea de care avem nevoie. Fiindcă suntem persoane individuale, Dumnezeu ne va călăuzi în mod individual. Însă vreau să vă fac câteva sugestii care vă vor fi de folos. Unele dintre acestea sunt negociabile, dar altele nu sunt negociabile.

Vă recomand să citiți cât de des puteți. Citiți cărți care se bazează pe principii biblice, sau cărți scrise de către psihiatri și psihologi creștini. Eu prefer autorii creștini deoarece, de obicei, aceștia își prezintă materialul din perspectivă divină. Desigur că sunt și alți autori de la care avem multe de învățat, dar e mai înțelept să avem grijă ce primim în sufletele noastre. Chiar dacă ceva anume e scris într-o carte, nu înseamnă neapărat că e și adevărat. Am citit multe cărți despre vindecarea emoțională și multe dintre lucrurile pe care le-am aflat mi-au fost extrem de folositoare, dar uneori am mai citit și câte ceva ce nu era deloc conform Cuvântului lui Dumnezeu. Din fericire, am știut să nu urmez acele sfaturi.

Poate că ai nevoie sau alegi să primești consiliere de la un profesionist sau de la un lider spiritual pe care îl respecți. În ambele cazuri, cred că cel mai bine e să faci rost de o bună recomandare de la cineva înainte de a începe. Terapia le e de ajutor multor oameni fiindcă le oferă șansa să vorbească despre sentimentele lor și să înceapă să înțeleagă de ce anume sunt cauzate sentimentele

respective. Însă, dacă nu vrei să faci asta, sau nu poți găsi persoana potrivită, să nu cumva să crezi că pierzi ceva. Dumnezeu îți va da ceea ce-ți trebuie, conducându-te spre lucrurile care te vor ajuta, așa cum a făcut și pentru mine.

Oamenii pot fi ajutați în diferite moduri. Soțul uneia dintre femeile cu care am vorbit în timp ce mă pregăteam ca să scriu această carte era dependent de pornografie. Cu toate că e creștin, a cunoscut pornografia încă din copilărie și, de atunci, nu a mai reușit să renunțe la aceasta. Desigur că acest lucru era devastator pentru prietena mea, iar când am întrebat-o ce ar părea să o ajute cel mai bine, ea a răspuns: „Empatia." Ea a spus că faptul că știa că Isus înțelegea prin ce trecea ea cu adevărat îi era cu adevărat o alinare. De asemenea, ea mai cunoștea o femeie care se confrunta cu același lucru în căsnicia ei și a ajutat-o mult faptul că stătea cu ea de vorbă, știind că aceasta o înțelegea cu adevărat.

De asemenea, am mai vorbit cu o femeie al cărei soț suferea de stres posttraumatic după ce luptase în Afganistan și avusese o leziune craniană în urma unui bombardament. Ea a spus că trecuseră prin foarte mari greutăți în căsnicie, până când cunoscuseră un alt cuplu care trecuse prin ce treceau și ei și care descoperiseră anumite moduri de a-și rezolva problemele. Ea a spus că acel cuplu era un adevărat dar de la Dumnezeu, fiindcă acei soți știau prin ce treceau ei și i-au ajutat să-și înțeleagă mai bine situația.

Mulți oameni pot încerca să ne înțeleagă suferința, dar nimeni nu înțelege mai bine decât cineva care a trecut prin ce trecem noi. Eu pot înțelege foarte bine pe cineva care a îndurat un abuz sexual, sau a avut cancer, ori a divorțat din cauza infidelității, sau a trecut prin multe alte lucruri, dar, din moment ce eu nu am fost niciodată dependentă de anumite substanțe, nu prea știu prin ce trece cineva care se confruntă cu asta.

Vorbește cu cineva. Nu trebuie să fie neapărat un consilier, dar simplul fapt de a-ți povesti trecutul cuiva în care ai încredere te va ajuta să scapi de sub puterea acestuia. Din nefericire, de cele mai multe ori, ne ascundem suferința, iar aceasta se cuibărește și crește în sufletele noastre până când ne face să devenim disfuncționali.

A fi disfuncțional nu înseamnă că nu mai poți funcționa în lumea în care trăiești, ci înseamnă că nu mai funcționezi cum trebuie. Eu am ținut secret abuzul sexual pe care l-am îndurat în copilărie, acesta fiind unul dintre lucrurile care m-au ținut în sclavie. Nu am spus nimănui despre asta, cu excepția mamei mele, până când m-am căsătorit cu Dave, când aveam 23 de ani. Teama ca cineva să nu afle ce mi se făcuse îmi conducea gândurile și acțiunile, făcându-mă să mă port într-un mod cât se poate de disfuncțional. Cu toate că, pe când aveam nouă ani, i-am spus mamei mele ce-mi făcea tatăl meu, ea a ales să nu mă creadă, așa că mi-am închipuit că nimeni altcineva nu m-ar fi crezut.

Poate credem că oamenii ne vor respinge, ne vor învinovăți, sau ne vor judeca cu asprime dacă ne află trecutul, dar, dacă o fac, atunci înseamnă că au probleme mai mari decât avem noi. Dacă ai trecut printr-o experiență dezamăgitoare, nu lăsa ca, din cauza acelei dezamăgiri, să te lași legată de niște secrete care te pot îmbolnăvi. Găsește pe cineva cu care să stai de vorbă. Desigur că Isus e mereu disponibil, iar El înțelege pe deplin prin ce treci, fiindu-I milă de tine.

De asemenea, te încurajez să ai răbdare. Unele dintre problemele noastre ne creează un dezastru în suflete, fiind nevoie de mult timp ca acesta să poată fi expus. De obicei, vindecarea are loc în mai multe etape, puțin câte puțin. Așa a fost și în cazul meu. Dumnezeu nu se grăbește, fiindcă pe El Îl interesează mai degrabă să facă ce trebuie făcut în mod corect, decât să facă totul cât mai repede. Dacă ești extrem de nerăbdător, poate fi foarte frustrant să te afli într-o relație cu Dumnezeu, căci promisiunile Sale pot fi primite numai prin credință și răbdare.

Nu te da bătută niciodată! „Să nu obosim în facerea binelui, căci, la vremea potrivită, vom secera, dacă nu vom cădea de oboseală." (Galateni 6:9)

Fii o persoană de acțiune, fiind mereu gata să faci ce-ți arată Dumnezeu. Nu te va ajuta deloc dacă știi ce ai de făcut, dar nu faci acel lucru. Chiar dacă ai o rețetă de la doctor, dacă nu iei medicamentele, nu-ți va fi de niciun folos.

În interiorul tău e o persoană uimitoare ce așteaptă să iasă la iveală!

Trebuie să înveți mereu, întreaga viață, mai ales despre tine însăți. În interiorul tău e o persoană uimitoare ce așteaptă să iasă la iveală!

CAPITOLUL 6:

EȘTI PREAIUBITA LUI DUMNEZEU

Preaiubiților, acum suntem copii ai lui Dumnezeu. Și ce vom fi nu s-a arătat încă. Dar știm că, atunci când se va arăta El, vom fi ca El, pentru că Îl vom vedea așa cum este.

1 Ioan 3:2

Oamenii își doresc iubire necondiționată. Cea mai mare fericire în viață este să știm că suntem iubiți pentru cine suntem sau poate în ciuda a cine suntem. Dumnezeu ne-a creat să fim iubiți și, fără acea iubire, nu putem funcționa cum trebuie. Eu cred că nimeni, oricât de bun și de amabil este, nu este capabil să ne iubească cu o iubire complet necondiționată. Numai Dumnezeu o poate face. Ce părere ai avea dacă ți-aș spune: „Dumnezeu te iubește în acest moment la fel de mult pe cât te va iubi vreodată?"

Eu le spun adesea acest lucru celor care participă la conferințele mele și, expresiile pline de uimire și neîncredere de pe fețele lor, îmi dau seama că ei nu prea cred acest lucru. Pentru majoritatea dintre noi, ideea de iubire necondiționată nu se prea potrivește ideologiei noastre. Însă, după ce explic mai apoi că Dumnezeu nu ne iubește în funcție de ceea ce facem noi, ci fiindcă așa este El, ei încep să înțeleagă acest lucru. Însă tot am nevoie de ceva timp ca să îi conving pe oameni că ei nu pot face nimic pentru a câștiga iubirea lui Dumnezeu. Aceasta este un dar ce nu poate fi primit decât prin credință.

Apostolul Ioan ne spune să avem credință în iubirea pe care o are Dumnezeu pentru noi (1 Ioan 4:16). În primul rând, o primim

în totalitate prin credință, dar, în cele din urmă, dacă nu vom înceta să credem în ea, vom începe să ne simțim iubiți. Ne e complet necunoscut conceptul că tot ce e bun ne aparține fără ca noi să trebuiască să facem ceva pentru a obține asta. Nu numai că Dumnezeu ne iubește, dar noi suntem preaiubiții Săi.

„Sunt preaiubita lui Dumnezeu."

Ce înseamnă să fii preaiubitul lui Dumnezeu? E un termen plin de afecțiune și tandrețe, însemnând a tânji după, a respecta și a prețui nespus. Gândindu-mă la cuvântul „preaiubit", am simțit că înseamnă să fii iubit sau ideea de a fi iubit în orice clipă. Gândește-te numai: ești iubită chiar acum, în orice clipă. Niciodată nu a fost și nici nu va fi vreun moment în timp când să nu fii iubită în totalitate.

Îți sugerez să te oprești din citit, să îți închizi ochii și să-ți lași sufletul să se liniștească. Acum spune cu voce tare: „Sunt preaiubita lui Dumnezeu." Spune asta de câteva ori și permite cuvintelor spuse să îți reverbereze în suflet. Cred că acest exercițiu poate avea un impact major, mai ales dacă nu ai crezut niciodată cu adevărat că ești iubită sau dacă nu te-ai simțit iubită.

Dumnezeu Tatăl L-a numit pe Isus Fiul Său Preaiubit, în care Își găsește plăcerea (Matei 3:17). Numele psalmistului David înseamnă „preaiubitul lui Dumnezeu". Îngerii au făcut referire la Daniel de trei ori ca fiind preaiubitul lui Dumnezeu, iar Pavel a făcut referire uneori la credincioșii nou-testamentari ca fiind preaiubiți. De asemenea, apostolul Ioan s-a referit la sine însuși ca fiind ucenicul preaiubit, sau ucenicul iubit de către Isus. Cu siguranță, Ioan era un om care primise o revelație profundă a iubirii pe care i-o purta Dumnezeu, fiind și foarte curajos să spună acest lucru. Câtă încredere trebuie să fi avut el!

Iubirea lui Dumnezeu nu numai că ne vindecă sufletele, ci ne dă și încredere și curaj. Apostolul Ioan a spus că iubirea adevărată

alungă teama și că, dacă ne temem în continuare, înseamnă că nu am ajuns la maturitatea deplină a iubirii lui Dumnezeu.

> În dragoste nu este frică [nu există temere], ci dragostea desăvârșită (completă, perfectă) izgonește frica, pentru că frica are cu ea pedeapsa; și cine se teme n-a ajuns desăvârșit în dragoste [nu a ajuns să cunoască perfecțiunea iubirii] (1 Ioan 4:18).

Țin minte că, tânără creștină fiind, am citit acest verset și l-am înțeles complet greșit. Credeam că vrea să spună că, dacă i-aș putea iubi pe ceilalți la perfecțiune, nu m-aș mai teme de nimic în viață. Am încercat din răsputeri să îi iubesc pe ceilalți, dar mereu păream să dau greș, ajungând tot la egoism. În cele din urmă, am aflat că, înainte de a putea iubi pe altcineva, trebuie să primesc iubirea desăvârșită a lui Dumnezeu care mi se oferea și să învăț să mă iubesc pe mine însămi și numai apoi voi putea iubi pe altcineva așa cum trebuie.

Când primim iubirea lui Dumnezeu și ne bucurăm de ea, nu ne mai temem să îi lăsăm pe oameni în viețile noastre și să ne deschidem față de ei. Atunci putem iubi fără reținere fiindcă nu mai trăim cu teama că ceilalți vor profita de noi. Iubirea desăvârșită a lui Dumnezeu alungă teama.

Nu te descuraja dacă îți ia ceva timp să înțelegi ce înseamnă să fii iubit necondiționat de către Dumnezeu. Experiența noastră ne-a învățat că iubirea pare să scadă și să sporească în funcție de dispoziția oamenilor și de faptul dacă le oferim sau nu ceea ce vor de la noi. Atunci ajungem să cădem repede într-un tipar în care încercăm să câștigăm iubirea făcându-i pe oameni fericiți și temându-ne că am putea pierde iubirea dacă nu le facem pe plac. Iubirea oamenilor pentru noi e

Iubirea lui Dumnezeu e perfectă, deoarece și El este perfect.

imperfectă, dar iubirea lui Dumnezeu e perfectă, deoarece și El este perfect. El este iubire, așadar, Îi e imposibil să nu ne iubească necondiționat întotdeauna.

Cu cât mai mult Îi suntem alături lui Isus, învățând despre caracterul Său, despre bunătatea, harul și îndurarea Sa în viețile noastre, cu atât mai profund Îi putem recunoaște iubirea uimitoare. Poate că sufletele noastre sunt atât de profund rănite, încât trebuie să ne scufundăm în iubirea lui Dumnezeu pentru foarte mult timp înainte să putem începe să-i simțim efectul vindecător. Rănile profunde se vindecă mult mai greu, așa că trebuie să fim răbdători.

Spuneți-le că îi iubesc

Timp de cinci ani am ținut un studiu biblic, în fiecare seară de marți, acasă la mine. În cele din urmă, am fost invitată să țin un studiu biblic la biserica mea în diminețile de joi. Consider că aceea a fost prima mea oportunitate de a vorbi în public și îmi doream să fie uimitor de bine. Mă rugam conștiincios cu privire la ceea ce voia Domnul să spun, continuând să simt că El voia ca eu să le spun oamenilor cât de mult îi iubește. Trebuie să recunosc că, la început, m-am împotrivit, spunându-I Domnului că toată lumea știe că El ne iubește. La urma urmei, doar despre asta cântăm mulți dintre noi când suntem copii: „Isus știu mă iubește, Biblia-mi adevărește."

Domnul mi-a spus clar că voia ca eu să le spun că îi iubește, susținând că, dacă ar ști cu adevărat cât de mult îi iubește, oamenii nu ar mai fi chinuiți de teamă. Ascultătoare, am predicat despre iubirea lui Dumnezeu, iar mesajul a fost primit într-un mod uimitor. Atunci mi-a devenit cât se poate de clar nu numai că oamenii aveau nevoie de această revelație, ci și că eu însumi aveam nevoie de ea. Chiar dacă le spunem altora că Dumnezeu îi iubește, e posibil ca noi înșine să nu ne dăm seama că ne iubește.

În timp ce mă pregăteam să le spun altora cât de mult îi iubește Dumnezeu, mi-am dat seama că aveam nevoie și eu de acest mesaj. Eu credeam cu adevărat că Dumnezeu mă iubește, dar a trebuit să recunosc că și credeam faptul că iubirea Lui pentru mine e necondiționată. De-a lungul anilor, credința mea în iubirea Lui a crescut tot mai mult, dar chiar și acum trebuie să-mi reamintesc deseori că Dumnezeu nu încetează să mă iubească atunci când nu mă port în mod desăvârșit.

Pe măsură ce am studiat cu sârguință și am meditat la ceea ce ne spune Biblia despre cât de mult ne iubește Dumnezeu și am învățat să recunosc iubirea Lui manifestată în viața mea, am început, în cele din urmă, să mă simt iubită. Era începutul, dar, cu siguranță, nicidecum sfârșitul călătoriei mele. Mă gândeam la iubirea lui Dumnezeu. Am păstrat un carnețel în care mi-am notat fiecare verset pe care l-am găsit în care se făcea referire la iubirea lui Dumnezeu. Am citit orice cărți am găsit despre iubirea lui Dumnezeu și, în timpul meu de rugăciune, am mărturisit cu voce tare că Dumnezeu mă iubește. Poate că ești atât de sigură că ești de neiubit, încât va fi nevoie de aceeași sârguință și în cazul tău ca să primești o revelație cu privire la iubirea lui Dumnezeu pentru tine. Acelora dintre noi care am fost profund răniți în viață pare să ne fie mult mai greu să primim iubire, dar, de îndată ce începem să primim iubirea lui Dumnezeu, aflăm că iubirea este vindecarea de care au nevoie sufletele noastre.

Apostolul Pavel știa cât e de important ca oamenii să știe că Dumnezeu îi iubește. El a spus:

> Așa încât Hristos să locuiască (să se așeze, să se adăpostească, să-Și facă locuință permanentă) în inimile voastre prin credință [de fapt]; pentru ca, având rădăcina și temelia puse în dragoste... (Efeseni 3:17)

Vreau să subliniez că Pavel i-a încurajat pe credincioși să se ancoreze *adânc* în iubirea lui Dumnezeu. Orice copac care are rădăcini adânci nu va cădea și nici nu va fi distrus în timpul furtunilor prin care va trece, iar atunci când noi avem o revelație profundă a iubirii pe care ne-o poartă Dumnezeu, acest fapt ne permite să rămânem neclintiți când trecem prin încercările vieții.

Ni se întâmplă multe lucruri nedrepte și dureroase, și, adesea, suntem tentați să apelăm la vechile metode în aceste perioade, începând să credem că Dumnezeu nu ne iubește, sau că nu ne este alături, dar nu e deloc adevărat.

Dumnezeu veghează totul în viețile noastre și, dacă ne încredem în El atunci când ne e greu, vom vedea, în cele din urmă, că El face ca totul să fie spre binele nostru (Romani 8:28).

Pavel s-a rugat ca cei credincioși să *simtă* ei înșiși iubirea pe care le-o poartă Dumnezeu (Efeseni 3:18). Acest gând mi-a atras atenția, precum un altul care se găsește în 1 Ioan 4:16, prin care ni se spune să înțelegem, să recunoaștem și să fim conștienți de iubirea lui Dumnezeu prin observare. Aceste două versete, dacă sunt luate împreună, ne încurajează să observăm iubirea lui Dumnezeu manifestată în viețile noastre, căci aceasta poate fi observată și trăită în numeroase feluri.

Acest exercițiu a fost o sursă de mare bucurie pentru mine de-a lungul anilor. M-am antrenat să observ iubirea lui Dumnezeu, considerând că nicio binecuvântare din viața mea nu e o simplă coincidență, nici măcar cele mai mărunte. Acesta e un mod în care am descoperit că pot fi candidă în relația mea zilnică pe care o am cu Domnul meu. Cu puțin timp în urmă, mă gândeam la o prietenă astfel: „Ea nu îmi spune niciodată că mă iubește și nici nu-mi cere să ne petrecem timpul împreună." După câteva zile, am primit de la ea următorul mesaj: „Te iubesc!" O zi sau două mai apoi am aflat că ea plănuia să mă invite să luăm masa

împreună, dar eu aveam deja planificat altceva. Am considerat că ambele întâmplări erau „semne" de la Dumnezeu, era felul Lui de a-mi spune: „Joyce, îți cunosc nevoile; când te vei desfăta în Mine, îți voi da tot ce-ți dorește inima." (Psalmii 37:4)

Acesta e doar un exemplu de astfel de lucruri care cred că ni se întâmplă tuturor, dar, dacă nu le căutăm și nu le recunoaștem a fi semne ale iubirii lui Dumnezeu, atunci nu le vom băga în seamă. Vi se pare o prostie? Poate că vă spuneți: *Joyce, Dumnezeu are lucruri mult mai importante de făcut decât să se asigure că primești un mesaj de la cineva, doar fiindcă tu te întrebai ce simte cineva pentru tine.* Poate că acest fel de relație cu Dumnezeu vi se pare copilărească, dar Isus a zis că ar trebui să venim la El ca niște copilași (Matei 18:3).

Eu nu am avut copilărie din cauză că am fost abuzată sexual, am fost supusă violenței și m-a dominat teama. Nu am avut niciodată cu adevărat șansa să fiu un copil fără griji, încrezător, dar Dumnezeu e un dumnezeu al restaurării, iar El ne dă înapoi tot ce ne-a luat dușmanul. Învață să-ți abordezi relația cu Dumnezeu asemenea unui copilaș, având încredere în El și bazându-te pe El pentru orice.

Dumnezeu ne dă înapoi tot ce ne-a luat dușmanul.

Prima carte pe care am scris-o avea numai câteva pagini. Titlul acesteia este *Tell Them I Love Them (Spune-le că îi iubesc).* Această carte a fost tradusă în aproape 100 de limbi, iar Dumnezeu continuă să o folosească și în prezent. Aceasta este o variantă simplificată a lucrurilor pe care vi le spun în acest capitol. De atunci, am scris numeroase cărți și cred că toate conțin învățături despre cât de mult ne iubește Dumnezeu. Nu e ca și cum nu aș găsi și altceva de spus, însă cred că nimic altceva nu ne va mulțumi până când nu vom învăța să primim iubirea necondiționată a lui Dumnezeu și până nu înțelegem că suntem preaiubiții Lui.

Învață să primești

Poate te întrebi: „De ce m-ar iubi Dumnezeu tocmai pe mine?" El te iubește fiindcă alege să o facă. Asta vrea El. Dumnezeu ne iubește pentru a-Și împlini propria dorință. Dumnezeu e iubire, iar iubirea trebuie să se reverse; aceasta trebuie să găsească pe cineva asupra căruia să se reverse. Aceasta nu poate rămâne inactivă deoarece este o forță vie. Dumnezeu Și-a trimis Fiul ca să moară pentru noi și să plătească pentru păcatele noastre pentru a-Și împlini măreața și minunata iubire intensă pe care ne-o poartă (Efeseni 2:4-5). Niciunul dintre noi nu va putea găsi vreun motiv real pentru care ne iubește Dumnezeu, dar adevărul este că ne iubește și depinde numai de noi fie să primim iubirea Sa prin credință, sau să continuăm să ducem niște vieți goale, neîmplinite și stricate. *A primi* înseamnă a deveni receptiv și a lua ce ți se oferă. Poți face asta chiar azi? Nu vrei să-ți deschizi sufletul rănit și să inspiri iubirea pe care ți-o trimite Dumnezeu chiar acum? Tu ești preaiubita, căci ești iubită chiar în acest moment.

Pierdem multe în relația noastră cu Dumnezeu fiindcă încercăm să „obținem" ceea ce vrea El să avem, în loc să primim totul prin credință. *A obține* înseamnă că dobândești ceva prin strădanie și efort. Nu Îl putem face pe Dumnezeu să ne iubească, căci El o face deja și o va face mereu. El spune că te iubește cu o iubire veșnică (Ieremia 31:3). O astfel de iubire nu are sfârșit. Așa că te rog să crezi în ea și să primești iubirea lui Dumnezeu, iar atunci când faci vreo greșeală sau ai vreo problemă gravă, iar Satana, dușmanul sufletelor noastre, încearcă să te despartă de iubirea lui Dumnezeu, deschide Biblia și citește versetele următoare:

> Cine ne va despărți pe noi de dragostea lui Hristos? Necazul sau strâmtorarea sau prigonirea sau foametea sau lipsa de îmbrăcăminte sau primejdia sau sabia? (Romani 8:35)

> Căci sunt bine încredințat că nici moartea, nici viața, nici îngerii, nici stăpânirile, nici puterile, nici lucrurile de acum, nici cele viitoare, nici înălțimea, nici adâncimea, nicio altă făptură nu vor fi în stare să ne despartă de dragostea lui Dumnezeu, care este în Isus Hristos, Domnul nostru. (Romani 8:38-39)

Orice s-ar fi întâmplat în viața ta, rănindu-te și sfâșiindu-ți inima, nu trebuie ca acest lucru să te chinuie în continuare. Dumnezeu spune în Cuvântul Său că El ți-a iubit viața, scoțându-te din groapa putrezirii și a nimicniciei (Isaia 38:17). Isus a fost trimis să-i vindece pe cei cu inimile frânte, să le lege rănile și să le vindece suferințele (Isaia 61:1). Permite-i iubirii Sale să lucreze în sufletul tău rănit, așa cum trebuie să o facă!

CAPITOLUL 7:

OAMENII RĂNIȚI RĂNESC LA RÂNDUL LOR

Preaiubiților, nu vă răzbunați singuri, ci lăsați să se răzbune mânia lui Dumnezeu, căci este scris: „Răzbunarea este a Mea; Eu voi răsplăti (recompensa)”, zice Domnul.

Romani 12:19

În cadrul călătoriei noastre de vindecare, probabil că cel mai greu lucru pe care ți-l va cere Dumnezeu să-l faci este să-i ierți pe cei care te-au rănit. Pentru mine, aceasta a fost o adevărată provocare. Un lucru care pe mine m-a ajutat enorm a fost ca Dumnezeu să-mi arate că oamenii răniți rănesc și ei la rândul lor. De obicei, ne gândim la cât de mult suferim noi, fiind supărați pe cei care ne-au rănit, dar, de cele mai multe ori, și aceștia sunt oameni răniți la rândul lor.

Cineva sau ceva i-a rănit, iar acum ei acționează pe baza durerii lor, fără a-și da seama cel mai adesea că ceea ce fac îi rănește pe ceilalți. În cele din urmă, când avea 80 de ani, tatăl meu mi-a spus că îi părea rău că mă abuzase sexual în copilărie. Apoi mi-a mai spus: „Nu știam că ceea ce îți făceam te va răni atât de tare.” Într-un fel, acest lucru sună de neimaginat. Cum să nu știe că mă rănește? El știa că ceea ce făcea era greșit, altfel nu mi-ar fi spus de nenumărate ori să nu mai spun nimănui ce se întâmpla. Însă el era atât de prins în propriile dorințe păcătoase, încât niciodată nu a stat să se gândească în ce fel mă afectau acțiunile sale.

În cele din urmă, am aflat că tatăl meu provenea dintr-o familie în care incestul nu era ceva ieșit din comun. Când eram eu o

copilă, tatăl lui (bunicul meu) a încercat să mă molesteze, la fel ca doi dintre unchii mei, așa că știu că abuzul sexual era o practică des întâlnită în familie. Dacă citești statisticile pe care le prezint în anexa I, vei vedea că se crede că în jur de un milion de fete din America sunt victime ale incestului comis de tații lor. Din păcate, e un lucru mult mai des întâlnit decât ne dăm seama.

Tatăl meu era mereu mânios pe tatăl lui și niciodată nu am știut de ce, dar e ușor de închipuit care e posibil să fi fost cauzele mâniei sale. El suferea, dar și-a înecat propria suferință în comportamente de dependență și mă îndoiesc că el și-a dat seama vreodată că acțiunile sale păcătoase se datorau suferinței și poate chiar abuzului din propria-i copilărie.

Tatăl meu era un om furios și plin de amărăciune, iar dacă cineva îl enerva foarte tare, el nu ierta niciodată. Am aflat că tatăl meu se purta violent cu mama mea chiar dinainte de a se căsători, astfel că aș putea trage concluzia că el era mânios și plin de furie de la o vârstă fragedă. Ea avea 17 ani când s-au căsătorit și a rămas cu el până la moartea lui, când avea 83 de ani, dar, pe durata celor peste 60 de ani de căsnicie, el a lovit-o adesea, a pălmuit-o și a amenințat-o cu bătaia dacă îl supăra cu ceva.

Mama mea a trăit cu teamă de tatăl meu, lăsându-se subjugată de personalitatea lui dominantă. Dacă ar fi fost mai curajoasă, l-ar fi părăsit când eu eram un copil și când i-am spus prima dată despre ce-mi făcea el mie. Astfel, ea ne-ar fi putut scuti de abuz pe ea însăși, pe mine și pe fratele meu. Însă ea nu era deloc curajoasă, așa că a rămas cu el. Mulți ani mai târziu, ea mi-a spus că nu credea că ar fi putut îndura acel scandal și nu credea că ne-ar fi putut întreține pe toți trei: pe ea, pe mine și pe fratele meu. M-a uimit faptul că ea s-a lăsat înfrântă tocmai de propriile-i gânduri. Deoarece a crezut că nu o poate face, nici nu a făcut-o.

După ce mi-am dat seama că tatăl meu acționa așa din cauza propriei suferințe, dar și mânat de poftă și lăcomie, mi-a venit mai ușor să mă gândesc că l-aș fi putut ierta. Asta nu înseamnă că nu era răspunzător pentru acțiunile sale, dar nu îmi era de niciun folos să continui să îl urăsc și să fiu supărată pe el și nici pe el nu avea să-l ajute să se schimbe. Dacă rămâi supărat pe cineva care te-a rănit, îi permiți acelei persoane să te rănească încontinuu prin amintirile pe care le păstrezi și prin amărăciunea la care nu vrei să renunți.

Nu mi-am iertat părinții fiindcă mi-ar fi fost ușor să o fac, ci pentru că așa ne poruncește Dumnezeu. Scriptura ne spune în multe locuri că trebuie să ne iertăm dușmanii și că Dumnezeu e Cel care ne răzbună.

Cred că multe femei nu se pot vindeca deoarece nu vor să renunțe la mânie și refuză să-i ierte pe cei care le-au rănit. Nu putem merge înainte dacă ne ținem agățate cu mânie de trecut.

Cel mai puternic lucru pe care îl poți face

Cred că a-i ierta pe cei care ne rănesc este cel mai puternic lucru pe care îl putem face vreodată. Acest lucru ne eliberează de chinul emoțional, permițându-ne să ne vedem de viață. Chiar dacă este foarte greu să ierți, atunci când iei decizia să ierți cu adevărat și să renunți la amărăciune, la mânia și resentimentele pe care le-ai avut față de alții, vei scăpa de ani întregi de nefericire. Întrebarea este ce fel de viață vrei să ai: una liberă și plină de bucurie, sau una plină de amărăciune și te ține legată de trecut?

Atunci când iei decizia să ierți cu adevărat, vei scăpa de ani întregi de nefericire.

Este foarte important ca oricine citește această carte și are un suflet rănit ce are nevoie de vindecare să ia foarte în serios această poruncă divină. Nu te grăbi să treci peste acest capitol doar pentru că ai decis deja că nu îi poți ierta pe cei care te rănesc fiindcă este

mult prea greu. Iertarea dușmanilor nu este ceva negociabil pentru cine vrea să se bucure de promisiunea lui Dumnezeu referitoare la restaurare. Asta ne învață Dumnezeu că trebuie să facem, căci și Isus ne-a oferit exemple în acest sens chiar în viața Sa. În timp ce suferea pe cruce, Isus S-a rugat ca cei care L-au răstignit să fie iertați. El știa că aceștia L-au rănit fiindcă și ei erau răniți și confuzi.

Dumnezeu este milostiv, iar milostenia privește mereu dincolo de ceea ce face cineva, luând în calcul motivul pentru care o face. Întotdeauna există un motiv. Fiindcă eram rănită, eu am greșit față de copiii mei și de soțul meu. Planul diavolului este ca noi să trăim mereu cu durerea trecutului și să-i rănim pe ceilalți, din generație în generație, împiedicându-ne astfel să ne bucurăm de ceea ce Isus ne-a oferit prin jertfa Sa. Însă Isus ne-a oferit instrucțiuni pentru a ști cum să-l învingem pe diavol și să nu permitem ca istoria noastră să devină destinul nostru.

Dă drumul

În Matei 6:12, Isus a spus că trebuie să-I cerem lui Dumnezeu să ne ierte păcatele „precum și noi iertăm (lăsăm, iertăm, renunțăm la datorii și nu mai avem resentimente față de) greșiților noștri." A ierta înseamnă a da drumul la ceva în loc să ținem cu dinții de acel lucru. Rănile și suferința la care nu renunțăm devin o povară grea, pe care o purtăm neîncetat până când decidem să îi dăm drumul. Purtarea acestor poveri poate fi principala cauză a multor boli și probleme de natură mentală și fizică. Noi nu suntem creați de către Dumnezeu să fim împovărați, ci El ne invită să dăm drumul la lucrurile care ne împovărează și să avem încredere că El ne va purta de grijă. Noi trebuie să ne aruncăm toate grijile asupra Lui. Iată două versete care pe mine m-au încurajat adesea și sper că și vouă vă vor fi de folos.

> Și aruncați asupra Lui toate îngrijorările voastre [neliniștile voastre, toate temerile voastre, toate

> preocupările voastre, odată și pentru totdeauna], căci El Însuși îngrijește de voi. (1 Petru 5:7)

> Încredințează-ți soarta în mâna Domnului [scăpând de greutatea acesteia] și El te va sprijini! El nu va lăsa niciodată să se clatine (să alunece, să cadă sau să dea greș) cel [prea] neprihănit. (Psalmii 55:22)

Încetează să te mai agăți de un lucru în privința căruia nu poți face nimic. Dacă cineva te-a rănit grav și tu te agăți de acel lucru atât mental, cât și emoțional, atunci nu faci decât să-i permiți acelui lucru să te rănească în fiecare zi. Fă-ți un bine și dă-i drumul! Desigur că mintea ta îți va spune că nu e corect și chiar așa este. Nu e deloc corect să ierți pe cineva care te-a abuzat sau a profitat de tine, dar nu a fost corect nici ca Isus să moară pentru păcatele noastre. Dumnezeu nu ne va cere niciodată să iertăm pe cineva pentru ceva mai mult decât pentru ceea ce ne-a iertat El. Atunci când e încolțit, un crotal poate deveni atât de furios uneori, încât se mușcă singur. Același lucru se întâmplă atunci când nu renunțăm la ura și resentimentele față de alții: ne „mușcăm" și ne otrăvim singuri. Credem că, dacă nu renunțăm la mânie și ură, le facem rău altora, însă tot noi suferim mai mult.

Niciodată nu ne va fi ușor să iertăm pe cineva care ne-a rănit, dar putem lua decizia de a o face, iar Dumnezeu ne va ajuta să o facem. Eliberează-ți dușmanii pentru ca Dumnezeu să se poată ocupa de ei. Poate că, asemenea tatălui meu, și ei vor răspunde, în cele din urmă, la iubirea Lui neobosită, permițându-I să intre în viețile lor, dar, din păcate, dacă nu o vor face, vor ajunge să culeagă roadele faptelor semănate.

A da drumul presupune că te angajezi să nu te mai gândești și să nu mai vorbești despre ceea ce ți-au făcut oamenii decât, desigur, dacă primești consiliere sau îți împărtășești victoria pentru a ajuta pe altcineva. Uneori, oamenii își reamintesc momentele de

trădare, abuz sau respingere de nenumărate ori și, fie că știu sau nu, acest fapt îi ține captivi. Mintea noastră ne afectează emoțiile și, când ne reamintim clipele de abuz neîncetat, retrăim suferința inițială ca și când ni s-ar întâmpla din nou.

Dumnezeu nu vrea ca noi să fim captivi propriei amărăciuni și suferințe. În schimb, El dorește ca noi să-I dăm Lui aceste sentimente negative, să-i iertăm pe cei care ne rănesc și să avem încredere că El va transforma în ceva bun ceea ce ni s-a întâmplat, recompensându-ne îndoit pentru cele suferite.

> În locul [fostei] ocării voastre, veți avea îndoită cinste; în locul rușinii, se vor veseli de partea lor, căci vor stăpâni îndoit în țara lor [ceea ce au pierdut] și vor avea o bucurie veșnică. (Isaia 61:7)

Când ascultăm de El, Dumnezeu ne răsplătește întotdeauna. Poate fi greu să renunți, dar îți va fi mult mai ușor dacă te gândești la răsplata viitoare. Charlotte Bronte a spus în *Jane Eyre:* „Mi se pare că viața e prea scurtă ca să mi-o petrec hrănind ura sau socotind greșelile." Chiar dacă Dumnezeu ne cere să facem lucruri grele, așa cum I-a cerut și Fiului Său, care a plătit pentru păcatele noastre, El nu ne va cere niciodată să facem ceva fără a ne da și capacitatea de a o face.

Când ascultăm de El, Dumnezeu ne răsplătește întotdeauna.

Un foarte bun exemplu despre puterea iertării îl găsim în viața lui Nelson Mandela. Un reporter a relatat următoarea poveste:

> Mandela a avut o ieșire din închisoare grandioasă, elegantă și plină de demnitate, fiind un lucru extrem de puternic la care a putut asista întreaga lume. Însă, în timp ce-l priveam mergând pe drumul prăfuit, mă întrebam ce părere o fi având el despre ultimii 27 de

> ani din viața sa și dacă nu cumva era mânios din nou. Mulți ani mai târziu, am avut șansa de a-l întreba acest lucru. I-am spus: „Ați fost un om extraordinar, căci v-ați invitat temnicerii să ia parte la învestirea dvs. ca președinte, ați făcut chiar presiuni la guvern pentru asta. Spuneți-mi adevărul însă, nu cumva erați iar plin de mânie?" El a răspuns: „Ba da, eram mânios și simțeam și teamă, doar abia ce fusesem eliberat. Însă, când am simțit acea mânie adunându-se în mine, mi-am dat seama că, dacă îi uram în continuare după ce ieșisem de după gratii, atunci însemna că încă eram prizonierul lor." Apoi a zâmbit și a spus: „Fiindcă voiam să fiu liber, am dat drumul la tot."[16]

Amărăciunea pornește de la ceva mărunt. O ofensă își face loc în inimile noastre. Apoi o rememorăm, iar aceasta sapă șanțuri adânci pe care ne e greu mai apoi să le acoperim, dar, dacă Îl rugăm și dacă Îi permitem să preia controlul, Dumnezeu ne poate ajuta să o facem. A-I permite lui Dumnezeu să preia controlul presupune că Îi ascultăm poruncile, indiferent de ceea ce simțim în această privință. Tot ce ne cere El să facem e spre binele nostru și al celor alături de care trăim.

Mânia reprimată și secretele

Secretele noastre ne îmbolnăvesc pe dinăuntru. Acestea ne macină sufletele și ne infiltrează comportamentul. Uneori, ne putem da seama că o persoană este mânioasă fiindcă, atunci când lucrurile nu ies așa cum și-ar dori aceasta, are o criză de furie, însă, alteori, nu putem observa mânia imediat. Reușim adesea foarte bine să ne ascundem de propriile probleme și să reprimăm mânia pe care o simțim cu privire la viețile noastre dezamăgitoare. Cel puțin, noi așa credem, că o ascundem, dar, de fapt, aceasta este ca o minge de plajă: cu cât încercăm noi mai tare să o scufundăm,

aceasta continuă să iasă la suprafață. În anumite feluri, mânia reprimată e mult mai rea decât mânia exprimată. Cel puțin, dacă ne exprimăm mânia, știm că suntem mânioși, dar, dacă o înăbușim și ne prefacem că suntem bine, când de fapt nu e deloc așa, mânia ne roade sufletele, înrăutățindu-ne astfel viața.

Mânia se poate manifesta sub forma depresiei, anxietății, a oscilațiilor de comportament, a problemelor de alimentație, a alcoolismului, a dependenței de droguri, a violenței și a multor altor lucruri. Nu prea avem ce face în privința mâniei decât să-i dăm drumul, căci tocmai asta ne-a spus și Dumnezeu să facem.

Poate că e timpul să vezi care e principala cauză a unor probleme cu care te confrunți, în loc să continui să tratezi simptomele, căci acestea nu vor dispărea niciodată definitiv. Vindecarea sufletului se bazează în principal pe descoperirea adevăratei cauze a problemelor noastre. Noi trebuie să ne deschidem față de Dumnezeu, permițându-I accesul în toate colțurile vieții noastre, iar apoi avem încredere că El ne va călăuzi pe durata întregului proces de restaurare și întregire. Când lucrurile sunt scoase la lumină, ajung să-și piardă puterea de control asupra noastră. Biblia spune că atunci când lucrurile sunt expuse și osândite de lumină, atunci acestea devin vizibile și clare (Efeseni 5:13).

Primul pas este să decizi să îți ierți dușmanii, iar după ce faci asta, te poți ocupa de mânia provocată de toate nedreptățile care ți-au fost făcute. Putem renunța la amărăciune și mânie, înlocuindu-le cu încrederea în Dumnezeu și cu speranța în viitor.

Roagă-te pentru dușmanii tăi și binecuvântează-i

Primul pas este să iei decizia de a ierta, dar Dumnezeu ne spune să mai facem și altceva, ceva ce e o parte importantă a iertării. E vorba de instrucțiunea pe care ne-o dă Dumnezeu de a ne ruga și a-i binecuvânta pe dușmanii noștri. *Doamne, cred că*

glumești! Cum să mă rog pentru cineva să fie binecuvântat, când, de fapt, nu vreau ca acea persoană să fie binecuvântată? Când ne rugăm pentru binecuvântarea dușmanilor noștri, înseamnă că îi eliberăm, astfel încât Dumnezeu să-i poată binecuvânta cu adevărul care are puterea de a-i dezrobi de firea lor abuzivă. Ne rugăm ca Dumnezeu să le deschidă ochii, pentru ca ei să poată cunoaște adevărul și să-L primească drept Mântuitor și Domn.

Mai cred și că Dumnezeu vrea ca noi să ne dorim să-i ajutăm pe cei care ne-au rănit într-un mod practic atunci când au nevoie de ajutor. El mi-a dat harul de a putea face asta cu părinții mei, punându-mă să-i ajut cu nevoile zilnice timp de 15 ani atunci când erau bătrâni și neputincioși. Am cheltuit mult timp și mulți bani pentru acest lucru și recunosc că nu am făcut acest lucru cu drag, dar știam că așa e corect, așa că am făcut-o. Repet: iertarea dușmanilor este cel mai puternic lucru pe care-l puteți face. Astfel, veți avea parte de multe binecuvântări în viață, inclusiv pace, bucurie și răsplata oferită de Dumnezeu.

Mi-am iertat părinții și i-am ajutat în semn de ascultare față de Dumnezeu și, chiar dacă acest lucru nu mi-a făcut plăcere, m-am bucurat să știu că numai Dumnezeu m-ar fi putut ajuta să o fac și că, în sfârșit, câștigasem o bătălie în lupta cu diavolul. Dumnezeu m-a binecuvântat pentru ascultarea mea, iar drept urmare, diavolul nu va mai reuși niciodată să-mi readucă în viață durerea provocată de trecut.

Conform Cuvântului lui Dumnezeu, putem învinge răul numai cu binele (Romani 12:21). Lucrurile rele care ți-au fost făcute pot fi învinse numai dacă ești dispusă să dai drumul la amărăciune și mânie, rugându-te pentru dușmanii tăi și binecuvântându-i. Poate părea că nu faci decât să-i ajuți pe ei, dar, de fapt, te ajuți pe tine însăți. Atunci când îi iertăm, iar apoi ne rugăm și-i binecuvântăm pe dușmanii noștri, conform Cuvântului lui Dumnezeu, ne comportăm așa cum ar face-o și Tatăl nostru ceresc. Vreau să vă

las două versete pe care a trebuit să le citesc și la care a trebuit să meditez de sute de ori. Acestea m-au ajutat să fac lucrurile despre care am vorbit în acest capitol și mă rog să vă ajute și pe voi.

> Binecuvântați pe cei ce vă blestemă, rugați-vă pentru cei ce se poartă rău cu voi [care vă ponegresc, vă aduc reproșuri, vă discreditează și profită de voi] (Luca 6:28).

> Voi, însă, iubiți pe vrăjmașii voștri, faceți bine [făcând favoruri pentru ca cineva să beneficieze de ele] și dați cu împrumut, fără să nădăjduiți ceva în schimb. Și răsplata [recompensa] voastră va fi mare [bogată, puternică, intensă și din abundență] și veți fi fiii Celui Preaînalt; căci El este bun și cu cei nemulțumitori, și cu cei răi. (Luca 6:35)

Fie ca aceste versete să vă întărească și să vă ajute să-i iertați pe cei care v-au rănit vreodată sau care o vor face!

CAPITOLUL 8:

RENUNȚĂ LA VINĂ ȘI RUȘINE

Nu te teme, căci nu vei rămâne de rușine; nu roși, căci nu vei fi acoperită de rușine, ci vei uita și rușinea tinereții tale și nu-ți vei mai aduce aminte [deloc] de văduvia ta.

Isaia 54:4

Vina și rușinea: două dintre cele mai chinuitoare, distrugătoare și epuizante lucruri cu care se confruntă oamenii răniți! Însă Dumnezeu ne promite să ne scape și să ne elibereze pe deplin de ambele. Vina și rușinea alcătuiesc o povară care ne apasă. În fiecare zi ne simțim rău cu privire la noi înșine pentru tot ce am greșit sau pentru ceea ce ne-au făcut alții.

Diavolul își strigă minciunile în mintea noastră: *Ceea ce ți s-a întâmplat este numai din vina ta. Dacă ai fi fost mai bună, nu ai mai fi luat bătaie. Dacă ai fi fost mai puternică, nu i-ai mai fi permis tatălui tău să te abuzeze sexual. Dacă nu ai fi fost o lașă, te-ai fi apărat de cel care te-a abuzat în loc să cedezi în fața amenințărilor sale. Dacă ai fi fost mai isteață, nu ai fi fost respinsă. Dacă ai fi fost mai frumoasă, ai fi fost aleasă. Dacă ai fi avut mai multă grijă, copilul tău nu ar fi murit. Dacă ți-ai fi dat seama de simptome mai devreme și te-ai fi dus la doctor, acum nu ai mai face chimioterapie.* Însă acum vreau să îți spun că nu e vina ta.

Oamenii nu te abuzează, nu te folosesc și nici nu te tratează urât fiindcă e ceva în neregulă cu tine, ci o fac

Oamenii distruși și răniți nu își pot reveni până când nu renunță la vina și rușinea pe care le poartă.

deoarece e ceva în neregulă cu ei. Aceştia ne rănesc fiindcă şi ei sunt răniţi. Oamenii distruşi şi răniţi nu îşi pot reveni până când nu renunţă la vina şi ruşinea pe care le poartă.

Cu toţii am făcut greşeli în viaţă, am făcut lucruri de care ne e ruşine, însă a-ţi fi ruşine de ceva ce ai făcut, sau chiar de ceva ce ţi-a fost făcut, e cu totul altceva decât a interioriza ruşinea şi a începe să ne fie ruşine de noi înşine. Ruşinea pe care o simţea mama pentru incestul din familia noastră e motivul pentru care niciodată nu a înfruntat situaţia, dând-o pe faţă. Din păcate pentru ea, şi-a interiorizat această ruşine şi, chiar la vârsta de 89 de ani, chiar înainte de a muri, am auzit-o spunând ceea ce spusese de nenumărate ori: „Ştiu că mă învinovăţeşti pe mine pentru ceea ce ţi-a făcut tatăl tău!" Cu toate că eu o iertasem de mulţi ani, ea nu a încetat niciodată să se simtă vinovată. Ea nu s-a putut ierta niciodată.

Cât de bine ar fi fost pentru toţi, inclusiv pentru tatăl meu, dacă ea ar fi înfruntat problema şi ar fi rezolvat-o! În schimb, ea a ales ceea ce, la acel moment, părea a fi calea cea mai uşoară, dar care s-a dovedit a fi cea mai grea până la urmă, deoarece niciodată nu şi-a mai putut reveni. Nu ne ajută niciodată să fugim de probleme, deoarece, cumva, acestea ajung să ne copleşească. Cel mai bine este să le înfruntăm cu ajutorul lui Dumnezeu.

Mama mea a dezvoltat o boală mentală care, cred eu, a fost declanşată de vina şi ruşinea provocate de alegerile făcute. Nu a fost vina ei că tatăl meu a făcut ce a făcut, dar era responsabilitatea ei să înfrunte problema. Când fugim de responsabilităţi şi nu facem ceea ce ştim că ar trebui să facem, nu avem cum să scăpăm de urmări. Nu poţi renunţa la trecut până când nu-l confruntăţi.

Dacă eşti împovărată de vină şi ruşine, e timpul să decizi să pui capăt acestei situaţii, refuzând să continui cu acelaşi stil de viaţă. Dacă ai lucruri din trecut pe care le regreţi, atunci căieşte-te şi primeşte iertarea de la Dumnezeu, iar apoi vezi-ţi de viaţă. Dacă

ai fost abuzată, atunci iartă-i pe cei care te-au rănit și vezi-ți de viață. Însă nu mai continua să te simți vinovată și rușinată. E timpul pentru un nou început. Trecutul tău nu are nicio putere asupra prezentului tău dacă nu îi îngădui acest lucru.

Vina reprezintă mânie față de propria persoană. Suntem supărați pe noi înșine din cauza a ceea ce am făcut sau din cauza a ceea ce ni s-a întâmplat. Chiar dacă vina ne-a fost îndepărtată prin harul Domnului, tot vom suferi din cauza acesteia dacă nu ne iertăm pe noi înșine. Atunci când începem o viață nouă în Hristos, tot ce ține de trecut e încheiat, căci ne așteaptă o viață nouă. Însă, dacă îi permitem, Satana va continua să ne facă să ne simțim vinovați. Acesta e modul lui de a ne ține captivi, iar vina ne fură toată energia pe care ne-a dat-o Dumnezeu ca să trăim așa cum ne-a menit El să o facem. Un sentiment constant de vină ne va obosi, putându-ne face rău chiar și în mod fizic.

Vina reprezintă mânie față de propria persoană.

Vina e bilaterală

Sunt numai două moduri în care vina ți se poate cuibări în suflet, chinuindu-te. În primul rând, dacă ai făcut ceva greșit și nu ți-ai cerut iertare, iar în al doilea rând, dacă ai cerut, dar nu ai primit îndurarea și iertarea pe care ni le oferă Dumnezeu. Când este iertat, păcatul e îndepărtat precum estul e îndepărtat de vest (Psalmii 103:12) și nu mai ai pentru ce să te simți vinovată; prin urmare, ar trebui să alungi orice sentiment de vină. Chiar dacă acest sentiment este real, el se bazează pe o minciună și nu pe o realitate. Atunci când Dumnezeu ne iartă, El nu-Și va mai aminti de păcatul nostru (Isaia 43:25), deci, dacă El ne poate da uitării păcatul, atunci și noi o putem face. Biblia spune clar că Isus a luat asupra Sa toate fărădelegile și vina noastră, așa că, dacă le-a luat El, nu mai trebuie să le purtăm noi.

> Dar El era străpuns pentru păcatele noastre, zdrobit pentru fărădelegile noastre. Pedeapsa [indispensabilă] care ne dă pacea a căzut peste El, și prin rănile [care L-au crestat] Lui suntem tămăduiți (Isaia 53:5).

Acesta este unul dintre cele mai puternice versete din Cuvântul lui Dumnezeu. Isus a luat asupra Sa durerea noastră, păcatele noastre și vina, permițând să fie El rănit pentru rănile noastre. Apoi vine promisiunea: prin sacrificiul Lui, noi suntem vindecați și reîntregiți. Totul a fost făcut deja.

Ne putem simți vinovați și pentru ce ne-a făcut altcineva. Credem că ar fi trebuit și am fi putut face ceva ca să împiedicăm acest lucru. De exemplu, mulți copii cred că, dacă s-ar fi comportat mai bine, părinții lor nu ar fi divorțat. Desigur că această gândire este cât se poate de greșită, dar tot este chinuitoare și poate distruge. Mulți ani la rând am avut un fel de placă ce-mi suna mereu în minte: *Ce e în neregulă cu mine? Ce e în neregulă cu mine? Ce e în neregulă cu mine? Ce anume din ceea ce fac îl determină pe tatăl meu să vrea să-mi facă așa ceva?*

Eram convinsă că ceva era în neregulă cu *mine*, și de aceea voia tatăl meu să-și satisfacă plăcerea, în loc să mă primească și să mă iubească așa cum ar fi trebuit, ca pe o fiică.

Dacă cineva te-a abuzat, te-a respins sau te-a abandonat, să știi că nu e vina ta.

Oamenii care au suflete rănite e posibil să sufere profund și cred că ceva e în neregulă cu ei, pe lângă faptul că se simt vinovați și rușinați. Însă Dumnezeu îi poate elibera! Dacă te numeri printre acești oameni, te rog să nu uiți că nu numai că Dumnezeu te poate elibera, ci *vrea* să o facă. Eu nu am fost eliberată instant, și poate că la fel e și în cazul tău, dar, pe măsură ce am continuat să-mi reînnoiesc mintea prin Cuvântul lui Dumnezeu, sentimentele au început să mi se schimbe, încet dar sigur, și la fel va fi și în

cazul tău. Repet: dacă cineva te-a abuzat, te-a respins sau te-a abandonat, să știi că nu e vina ta. E timpul să îți iei apărarea și să nu le mai permiți minciunilor venite din partea dușmanului să-ți controleze destinul.

Satana vrea să ne facă să ne simțim inutili și fără valoare, iar cel mai bun mod de a o face este să ne încarce cu o vină falsă și cu o rușine care e toxică. Nu e deloc surprinzător dacă ne simțim rușinați pentru ceva ce am greșit, sau chiar pentru ceva greșit ce ne-a fost făcut; de fapt, e cât se poate de normal. Însă, când ne simțim rușinați pentru ceea ce s-a întâmplat, rușinea și vina ajung la un nivel periculos, începând să ne otrăvească toate aspectele vieții. E timpul să ne eliberăm de rușine!

Cum faci față rușinii

A te simți rușinat înseamnă să fii înfrânt, confuz, reținut, dezamăgit sau blocat. Cuvântul *înfrânt* înseamnă rușinat, confuz, învins sau doborât. Mai înseamnă și să fii blestemat, adică menit a fi pedepsit. Acest lucru descrie multe dintre problemele cu care ne confruntăm atunci când trăim cu un suflet rănit ce are nevoie de vindecare. Nimic nu pare să ne meargă bine, ne simțim goi și lipsiți de viață, confuzia ne însoțește mereu, adesea ne e greu să luăm decizii și viața, în general, e dezamăgitoare.

Am încercat numeroase remedii pentru aceste maladii, dar nu am primit niciun ajutor cu adevărat, până când Dumnezeu nu mi-a arătat, prin intermediul unei cărți pe care am citit-o, că, în străfundul sufletului, îmi era rușine de propria persoană. Rușinea îmi otrăvise gândurile, sentimentele și alegerile pe care le făceam în viață. În mod constant, mă simțeam secătuită și dezamăgită. Pur și simplu, nu eram fericită. Trebuia să înfrunt această rușine și, în cele din urmă, am fost eliberată numai după ce am crezut cele scrise în Cuvântul lui Dumnezeu, în loc să mă las controlată în continuare de gândurile și de sentimentele mele.

Eu aflasem despre vină și condamnare cu mult timp înainte de a auzi măcar despre problema legată de rușine. Desigur că îmi era rușine de ceea ce-mi făcuse tatăl meu, iar acesta era unul dintre principalele motive pentru care mi-am ținut trecutul secret multă vreme. Știam că îmi era rușine pentru ceea ce mi se făcuse, dar habar nu aveam că îmi era rușine de propria persoană și de cine devenisem din această cauză. După ce am înțeles acest lucru, multe lucruri au început să se așeze în viața mea. Rușinea pe care o interiorizasem și pe care mi-o însușisem ca fiind identitatea mea, mă împiedica să trăiesc viața cea bună pentru care Isus murise ca eu să o am.

Mereu mă întrebasem ce era în neregulă cu mine și poate că e și cazul tău. Însă, ca în cazul oricărui alt lucru greșit din viața noastră, Isus are o soluție pentru răul acesta, dar și pentru sentimentele noastre de vină și rușine. El ne oferă dreptate, sau curăție, adică neprihănire față de Dumnezeu (2 Corinteni 5:21). El ne ia păcatul și ne dă neprihănirea Sa. Știai că ai devenit neprihănita lui Dumnezeu prin credința ta în Isus?

După ce am aflat că am primit neprihănire (sau curăție), mi-am petrecut câțiva ani învățând cum să permit acelui adevăr să devină realitate în viața mea. Biblia spune că trebuie să ne echipăm cu neprihănire (Efeseni 6:14). A „ne echipa" înseamnă a crede cu tărie în aceasta și a învăța cum să umbli cu demnitatea pe care Dumnezeu ți-o oferă în calitate de copil al Său prețios și valoros. Noi nu suntem neprihăniți prin propria putere, dar, prin credință, putem primi neprihănirea dată de Dumnezeu, la fel cum am primi și ne-am bucura de orice alt dar ce ne-a fost oferit. Dumnezeu nu vrea ca tu să ai o părere proastă despre tine însăți, să te compari cu alți oameni și să îți faci mereu o listă cu tot ce crezi că nu e bine la tine. Poți învăța să te accepți și

Învață cum să umbli cu demnitatea pe care Dumnezeu ți-o oferă în calitate de copil al Său prețios și valoros.

să te bucuri de propria persoană, știind că Dumnezeu vine să ne întâmpine acolo unde suntem și că ne va ajuta să ajungem acolo unde trebuie să fim.

Simplul fapt că știi un verset despre neprihănirea față de Dumnezeu sau că ai auzit pe cineva vorbind despre neprihănire față de El, nu înseamnă că aceasta a și devenit o realitate în viața ta. Eu le spun adesea oamenilor că nu cunoaștem niciodată cu adevărat și nici nu primim o revelație cu privire la adevărurile lui Dumnezeu până când nu observăm că acestea chiar lucrează în viețile noastre. Atunci când crezi cu adevărat că ai primit neprihănire de la Dumnezeu prin credința în Hristos, vei înceta să te mai simți vinovată, condamnată și rușinată.

Dacă încă te mai chinuie sentimentele de vină și rușine, înseamnă că încă nu ai primit o revelație completă cu privire la cine ești cu adevărat în Hristos. Oricât ar dura, te rog să nu te descurajezi și să nu te dai bătută. Tocmai asta vrea și Satana să faci, să te dai bătută, în schimb, Dumnezeu vrea ca tu să continui să rămâi în adevărul Său. Continuă să studiezi despre neprihănirea ta înaintea Domnului și mărturisește des acest lucru, căci va veni și ziua în care realitatea acestui fapt ți se va instala din cap, tocmai în inimă. După ce ți-ai însușit cu putere acest fapt, chiar dacă diavolul va încerca să ți se împotrivească, nu va mai reuși niciodată să te înfrângă.

După aproape 40 de ani în care am studiat și am predicat Cuvântul lui Dumnezeu, încă mai continui să mărturisesc în fiecare zi că eu sunt neprihănirea Domnului în Hristos. Acest lucru mă ajută să-mi reamintesc cine sunt în Isus, iar faptul că mărturisesc Cuvântul Său mă apără de minciunile Satanei.

Chiar dacă încă nu ești unde ai vrea să fii în umblarea ta cu Dumnezeu, nu trebuie să te simți vinovată și

Dumnezeu lucrează în mine chiar acum!

rușinată. Te poți bucura de faptul că ai reușit să progresezi. Isus, care a început o lucrare bună în tine, va fi Cel care va încheia tot procesul. El va continua să-Și dezvolte și să-Și perfecționeze lucrarea din noi până la întoarcerea lui Hristos (Filipeni 1:6). Atunci când diavolul te atacă prin sentimente de vină și rușine, poți spune: „Chiar dacă nu sunt încă unde ar trebui să fiu, slavă Domnului că nu mai sunt nici unde eram înainte! Dumnezeu lucrează în mine chiar acum și continui să progresez în fiecare zi!" Oare cât timp iroșești simțindu-te prost cu privire la propria persoană și întrebându-te ce e în neregulă cu tine fiindcă nu pari să reușești să te comporți așa cum consideră societatea că e corect și potrivit? Oricât ar fi, să știi că e mult prea mult timp irosit. Acesta e un timp prețios, irosit, pe care nu-l mai poți recupera niciodată. Învață să te vezi prin ochii lui Dumnezeu și nu prin ochii lumii. Chiar dacă lumea te consideră o victimă, Dumnezeu te consideră învingătoare. Lumea îți spune că nu ești bună de nimic, dar Dumnezeu spune că ești fiica Lui.

Îți promit că, dacă-L primești pe Hristos ca Mântuitor și începi să-i permiți Cuvântului Său să-ți reînnoiască gândirea, treptat, vei începe să te simți tot mai bine cu privire la tine însăți și așa vei reuși, în sfârșit, să te bucuri de viața ta. Învață să te bucuri de progresul pe care l-ai făcut, chiar dacă ție ți se pare neînsemnat, în loc să te gândești încontinuu la cât de mult mai ai de parcurs din acest drum.

Acuzatorul

Dacă asculți cu atenție, vei auzi adesea cum anumite gânduri îți asaltează mintea. Ești vinovată de vreo greșeală numai pentru că ai un anumit gând care te acuză că ai greșit? Deloc! Diavolul este un mincinos, iar mintea este câmpul de bătălie pe care el încearcă să ne învingă. Așa cum a mințit-o și a păcălit-o pe Eva în

Diavolul este un mincinos, iar mintea este câmpul de bătălie pe care el încearcă să ne învingă.

grădina Eden, el ne minte și încearcă să ne păcălească și pe noi. Unul dintre scopurile sale este să ne împiedice să ne iubim și să ne prețuim pe noi înșine. Dacă el reușește să facă asta, atunci e posibil să reușească să ne controleze și viețile prin minciunile sale.

Satana este acuzatorul copiilor lui Dumnezeu (Apocalipsa 12:10). El ne acuză încontinuu, zi și noapte, dar noi îl putem învinge dacă vom crede în promisiunile lui Dumnezeu mai mult decât în gândurile care ne invadează mintea neîncetat. Te rog să înțelegi că nu orice gând pe care-l ai e neapărat adevărat. Numai Cuvântul lui Dumnezeu e adevărul.

Noi îl putem învinge pe Satana prin sângele lui Hristos, prin Cuvântul lui Dumnezeu și prin mărturia noastră (Apocalipsa 12:11). Care e mărturia ta? Poate că o parte din ea încă e în lucru, dar cealaltă parte din ea spune că ești copilul mântuit și puternic al lui Dumnezeu, plin de posibilități și potențial. De fapt, ești un miracol în devenire! Pe când erai încă păcătoasă, Isus a murit pentru tine, așa că imaginează-ți numai ce a plănuit El acum, că ai fost iertată și îți dorești să umbli alături de El. Îți promit că, oricât de creativă ar fi imaginația ta, tot nu-ți poți imagina în totalitate planul pe care-l are El pentru viața ta.

Însă aflăm ce plan are Dumnezeu pe măsură ce umblăm alături de El în fiecare zi. Rămân uimită mereu de ceea ce a făcut Dumnezeu în viața mea. El m-a scăpat de nefericire și eșec, făcându-mă o persoană fericită, împlinită și realizată. Da, a fost o călătorie lungă și nu a fost deloc ușor, dar nu aș schimba cu nimic tot ce mi s-a întâmplat. În zilele în care pare foarte greu să mergi mai departe, amintește-ți că te așteaptă lucruri măreție!

Nu uita să-ți reamintești mereu că diavolul e un mincinos și înlocuiește minciunile sale cu ce scrie în Cuvântul lui Dumnezeu. De fiecare dată când vei face asta, vei câștiga o mică bătălie ce, în cele din urmă, te va face învingător în războiul pe care l-a pornit el în viața ta.

Nu trebuie să trăiești chinuită de vină și rușine. Te poți bucura de neprihănire înaintea lui Dumnezeu prin Isus – realitatea faptului că El a luat asupra sa vina, rușinea ta. În calitate de copil al lui Dumnezeu care-și dorește enorm să-I facă pe plac, vor fi momente când poate că te vei simți rușinată de ceva greșit ce ai făcut, dar acele sentimente pot fi îndepărtate dacă te căiești și primești îndurarea lui Dumnezeu.

CAPITOLUL 9:

CUM SĂ TE DESCOPERI PE TINE ÎNSĂȚI

Căci, dacă este cineva în Hristos, este o făptură nouă. Cele vechi s-au dus, iată că toate lucrurile s-au făcut noi.

2 Corinteni 5:17

Dacă nu știm cine suntem cu adevărat, putem deveni confuzi, ne simțim neîmpliniți și nefericiți emoțional. Mulți oameni își creează identități false și pretind a fi ceea ce nu sunt. De exemplu, dacă ne temem să fim vulnerabili, e posibil să ne creăm un exterior dur ca să nu lăsăm pe nimeni să creadă că suntem slabi sau nevoiași. Teama de ceea ce ar putea crede oamenii despre noi și faptul că tânjim să primim aprobarea lor ne pot face să ne modificăm personalitatea, încercând să fim așa cum credem că vor ei să fim în loc să ne bucurăm de libertatea de a fi noi înșine.

Cameleonii sunt niște șopârle care își pot schimba culoarea pentru a se putea integra în mediul înconjurător. Ei fac asta pentru a se apăra de prădători și, chiar dacă noi nu ne putem schimba culoarea, uneori ne creăm niște identități false, sperând să ne protejăm astfel de respingere și dezaprobare.

Nu suntem niciodată liberi cu adevărat până când nu suntem liberi să fim noi înșine.

Adesea, oamenii răniți, care se tem să nu fie respinși, vor să le facă mereu pe plac celorlalți, trăind așa cum cred alții că ar trebui să trăiască, în loc să își găsească propria identitate. Nu

suntem niciodată liberi cu adevărat până când nu suntem liberi să fim noi înșine.

Lumea ne obligă să ne încadrăm într-un anumit tipar aprobat de ea. Ni se spune ce să purtăm, ce greutate ar trebui să avem, cum să ne coafăm, ce fel de educație trebuie să avem, cum să ne purtăm în fiecare situație și lista continuă. Astfel, suntem conștienți că, dacă nu ne potrivim acestor tipare, nu vom fi acceptați, prin urmare, vom fi respinși. Adesea, petrecem mai mult timp în relații încercând să nu fim respinși decât încercând să stabilim niște legături sănătoase.

Conform Scripturii, atunci când Îl primim pe Isus ca Mântuitor, ne naștem din nou, sau încă o dată. La un moment dat în viață, suntem invitați să renunțăm la tot ce e vechi și să devenim în întregime așa cum a intenționat Dumnezeu încă de la început să fim, înainte de a avea vreo experiență cu lumea și înainte să fim răniți de păcat. Păcatele ne sunt iertate și ni se oferă șansa de a primi iubirea necondiționată și îndurarea oferite de către Dumnezeu. Noi suntem reînnoiți, iar viața devine plină de posibilități. Îmi place să spun că devenim un lut spiritual nou și, permițându-I Duhului Sfânt să ne modeleze, în loc să lăsăm lumea să facă asta, putem deveni cine suntem cu adevărat.

Te-ai săturat să te ascunzi?

Prefăcătoria e o altă formă de ascundere. Ascundem cine vrem să fim cu adevărat și ne prefacem a fi ceva ce credem că ne va proteja, sau ceva ce credem că e de așteptat de la noi. În cartea *The Mask Behind the Mask* (Masca din spatele măștii, n.tr.), biograful Peter Evans spune că actorul Peter Sellers a jucat atât de multe roluri, încât uneori nu mai era sigur nici de propria-i identitate. Fiind abordat de un fan care l-a întrebat „Sunteți Peter Sellers?", Sellers a răspuns brusc: „Astăzi nu" și a plecat mai departe.[17]

În străfundul ființei mele, mereu m-am simțit puțin diferită față de celelalte femei, așa că am ascuns persoana care voiam să fiu, încercând cu disperare să fiu ca celelalte femei din jurul meu. Încercam să fac ce făceau și celelalte, crezând că așa voi fi mai ușor de acceptat. Încă nu-mi dădeam seama că adevărata noastră identitate nu se regăsește în ceea ce facem, ci în ceea ce suntem ca indivizi. Ce fel de persoană ești contează mult mai important decât ceea ce faci.

Am încercat să fiu mai blândă și mai smerită deoarece cunoșteam și admiram femeile care erau așa. Acestea păreau să treacă mult mai ușor prin viață decât mine. Mi se părea că eu mă luptam mereu cu câte ceva, încercând să fiu puternică și să preiau conducerea, în timp ce celorlalte femei li se părea mai ușor să se conformeze cu ceea ce voiau ceilalți să facă. Din fericire, acum îmi dau seama că nu am fost creată de Dumnezeu să fiu condusă, ci să conduc și, din această cauză, niciodată nu m-am conformat cu ceea ce se întâmpla în jurul meu. Dacă era ceva ce trebuia schimbat, eu eram prima care lua inițiativa și încerca să aducă o schimbare.

Chiar dacă m-am născut să fiu un lider, cu siguranță că trebuia să mai fiu modelată de către Duhul Sfânt. El ne modelează după imaginea lui Isus Hristos, iar apoi noi învățăm să Îl lăsăm pe Isus să strălucească prin intermediul darurilor și temperamentelor noastre unice. Eu aveam multe ,'colțuri neșlefuite" și Duhul Sfânt a trebuit să folosească mult șmirghel ca să mă șlefuiască pentru a putea deveni o persoană cu care să te poți înțelege mai ușor.

În încercarea mea de a fi o „femeie obișnuită" – orice o fi însemnând asta – am încercat și să învăț să cos, ca să le fac celor din familie haine. Sunt sigură că și acum sunt recunoscători că nu am ajuns nicăieri cu această încercare. L-am convins pe soțul meu să planteze o grădină pentru ca să fiu și eu ca celelalte femei pe care le cunoșteam și care aveau grădini, însă, oricât aș fi încercat să cultiv legume, acestea piereau mereu. Dumnezeu nu ne va ajuta

să facem ceva pentru care nu ne-a înzestrat și nici ceva ce nu ne-a cerut să facem. Chiar dacă cusutul și grădinăritul sunt niște îndemânări demne de admirat, nu cu asta voia Dumnezeu să-mi petrec eu timpul. și de aceea nu mi-a binecuvântat încercările, ajutându-mă să reușesc.

Cu cât mai mult eșuam în aceste încercări ale mele, cu atât mai rău mă simțeam cu privire la mine însămi. Acest cerc vicios în care eu încercam să fac anumite lucruri și eșuam mereu, a continuat până când am învățat să fiu destul de curajoasă încât să pot fi eu însămi. Eu am devenit frustrată din cauza acestor încercări eșuate și desigur că îmi revărsam frustrarea asupra celor pe care îi iubeam cel mai mult: familia mea. În cele din urmă, a trebuit să recunosc că nu îmi plăceau cusutul și grădinăritul, iar atunci când am început să mă întreb sincer ce anume îmi plăcea și ce voiam să fac, mi-am dat seama că îmi plăcea să studiez Biblia și să predic. Acesta a fost un pas uriaș efectuat în această călătorie de descoperire a adevăratei mele identități.

Dumnezeu nu te va ajuta niciodată să fii altcineva.

Dumnezeu nu te va ajuta niciodată să fii altcineva. El te-a înzestrat în așa fel încât să poți face ceva special, dar e posibil să fie ceva diferit de ceea ce fac ceilalți oameni. Acordă-ți un răgaz pentru a-ți cerceta inima ca să afli ce anume îți place, iar apoi găsește curajul în Hristos de a face acel lucru. Chiar dacă ceea ce vrei tu să faci e ceva ce nu a mai fost făcut vreodată, nu uita că mereu trebuie să existe și un pionier.

Mi-am petrecut mare parte din viață încercând să fiu cine nu eram, negându-mi propria persoană și ajungând să nu mai știu nici care erau dorințele mele cu adevărat. Cine eram eu? Ce voiam să fac? Ce rol aveam eu în planul măreț al lui Dumnezeu?

Atunci când îți descoperi propria persoană, îți găsești un loc unde să te simți bine cu tine însăți. Atunci îți însușești cu ușurință

rolul pe care ți-l alegi în viață și ești productiv. A te preface că ești altcineva e ca și cum ai purta niște haine care te strâng. Chiar dacă ai reușit să încapi în ele, nu te simți deloc confortabil. A fi tu însăți e ca și cum ai purta cele mai lejere haine, stând în scaunul tău preferat. Singurul rol în care te vei simți bine cu adevărat e cel în care te interpretezi pe tine însăți.

Ți-ai găsit locul preferat în viață? Te simți confortabil în propria piele? Cât te compari cu ceilalți, încercând poate să fii altcineva? Dacă îți pui aceste întrebări, înseamnă că începi să te descoperi cu adevărat, devenind cine te-a creat Dumnezeu să fii!

Autoacceptare

Cu toții tânjim să fim acceptați, dar cea mai mare nevoie pe care o avem este să ne acceptăm pe noi înșine. Am descoperit că, cu cât am învățat să mă accept mai mult pe mine, cu atât mai mult mă acceptau și ceilalți. Când ne respingem pe noi înșine și ne pierdem timpul încercând să fim altcineva, atunci și ceilalți oameni ne resping. Biblia spune că primim ceea ce credem (Matei 8:13) și că gândurile noastre pot deveni realitatea noastră (Proverbele 23:7).

Ne comportăm în concordanță cu ceea ce credem, iar comportamentul nostru influențează și ceea ce simt ceilalți față de noi. Dacă ne purtăm încrezători, atunci și ceilalți vor avea încredere în noi. Însă, dacă nu o facem, nici ceilalți nu vor avea încredere în noi. În calitate de angajator, am întâlnit ambele tipuri de persoane.

Odată am avut un asistent executiv care era o femeie drăguță, dar căreia îi lipsea încrederea și, în cele din urmă, nu am mai putut să o păstrăm în funcția pe care o îndeplinea deoarece, din cauza lipsei sale de încredere, nu își putea face slujba așa cum trebuia. Ea avea abilitatea necesară, dar îi lipsea încrederea.

Dacă vrei ca oamenii să aibă încredere în tine, trebuie ca, mai

întâi, tu să ai încredere în tine. Theodore Roosevelt a spus: „Când crezi că poți, ai parcurs deja jumătate din drum."[18]

În calitate de copil al Domnului, poți avea încredere în Hristos, știind că El îți e mereu aproape, fiind gata să te ajute să faci tot ce trebuie în viață.

Autorespingere

Înainte de a te putea accepta pe tine însăți, trebuie să încetezi să te mai respingi. Henri Nouwen, un binecunoscut slujitor și autor, a recunoscut că s-a chinuit să își găsească propria identitate și iată ce a spus: „De-a lungul anilor, mi-am dat seama că cea mai mare capcană din viața ta nu o reprezintă succesul, popularitatea sau puterea, ci autorespingerea."[19] El a mai spus: „Autorespingerea este cel mai mare dușman al vieții spirituale deoarece aceasta contrazice vocea sacră care ne numește preaiubiți."[20]

Adevăratul nostru sine e preaiubit de către Dumnezeu. Orice altă identitate este una falsă. Faptul că știm că suntem preaiubiții lui Dumnezeu ne dă încredere să ne trăim propriul destin, oricare ar fi acesta. Acesta poate fi acela de a coase sau de a cultiva o grădină, sau acela de a colinda prin toată lumea pentru a predica Evanghelia. Însă, oricare ar fi adevăratul nostru destin, acesta nu este deloc la fel de important ca faptul de a ni-l accepta. Pentru ca sufletele să ne fie vindecate, e important să ne lăsăm definiți de Cuvântul lui Dumnezeu și nu de către lume. Atunci când timpul nostru în lume se apropie de sfârșit, nu va mai conta decât părerea lui Dumnezeu, așa că nu vă irosiți viața preocupându-vă prea mult de ceea ce cred ceilalți despre voi.

Lumea îi etichetează pe oameni: rănit, abuzat, trădat, divorțat, rebel, victimă, defect și așa mai departe. De mult prea multe ori, permitem ca etichetele puse de lume să devină propria noastră identitate, începând să ne definească. Poate că începem să credem

ce spun alții despre noi fiindcă fie nu știm, fie am uitat ce spune Dumnezeu despre noi.

Iată câteva versete care ne arată cum ne vede Dumnezeu:

> Voi însă sunteți o semințe aleasă, o preoție împărătească, un neam sfânt, un popor pe care Dumnezeu Și l-a câștigat ca să fie al Lui, ca să vestiți puterile minunate ale Celui ce v-a chemat din întuneric la lumina Sa minunată (1 Petru 2:9).

Poate că faceți parte dintr-o semințe ce a fost respinsă, dar acum Dumnezeu spune că sunteți o semințe aleasă, că sunteți speciali, iar El vă va folosi pentru a-Și etala minunatele fapte perfecte.

> Gândiți-vă la lucrurile de sus [la lucrurile înalte], nu la cele de pe pământ.
>
> Căci [după părerea lumii] voi ați murit, și viața voastră [cea nouă și reală] este ascunsă cu Hristos în Dumnezeu (Coloseni 3:2-3).

Vedeți? Adevărata voastră viață nouă e ascunsă cu Hristos în Dumnezeu! Chiar aveți o viață adevărată, un sine adevărat, dar acesta nu se găsește decât în Hristos. Nașterea acelui sine adevărat are loc atunci când devii un copil al lui Dumnezeu prin nașterea cea nouă (primindu-L pe Isus ca Mântuitor).

> Și să vă îmbrăcați în omul cel nou [noul sine], făcut după chipul lui Dumnezeu, de o neprihănire și sfințenie pe care o dă adevărul (Efeseni 4:24).

Acum trebuie să vă însușiți noua persoană care vă cheamă Dumnezeu să fiți. Pășiți prin credință în El și renunțați la toate vechile etichetări. Numiți-vă preaiubiții lui Dumnezeu, încrezători, acceptați și puternici în El.

Pierderea identității

Satana se străduiește din greu ca fie să nu aflăm niciodată care e adevărata noastră identitate în Dumnezeu, aceea de copii preaiubiți ai Săi, fie ca, pe parcurs, să uităm acest adevăr. E ca și cum am suferi de amnezie. Eu și Dave discutăm adesea despre cum trebuie să le fie celor care suferă de amnezie. Imaginați-vă cum e să te trezești într-un spital, spunându-ți-se că ai suferit un accident, dar când ești întrebat cum te cheamă, să nu ai habar cine ești!

În filmul *Identitatea lui Bourne*, Matt Damon joacă rolul lui Jason Bourne, un agent al forțelor speciale care suferă de amnezie și încearcă să-și dea seama cine este cu adevărat. Ceea ce i se întâmplă pe parcurs seamănă cu ceea ce ni se întâmplă și nouă.

În munții elvețieni, Jason găsește o mașină care să-l ducă la Paris cu o tânără pe nume Marie. El fuge de poliție – dar nici el nu știe sigur de ce. El încearcă să nu spună nimic despre situația sa până când se simte copleșit de frustrare. În cele din urmă, după ce ea îi adresează o întrebare simplă, el îi răspunde: „Nu știu cine sunt și nici unde mă duc."

Jason Bourne avea toate abilitățile necesare pentru a nu se teme de nimeni și de nimic, dar, fiindcă nu știa cine este, el activa din teamă și disperare. E valabil cumva și pentru tine sau pentru cineva cunoscut? Cu siguranță, aceasta ar fi fost o foarte bună descriere pentru mine la un moment dat din viața mea. Eu sufeream de amnezie spirituală – nu știam cine sunt în Dumnezeu. Nu știam că eram preaiubita Lui.

Foarte mulți dintre noi fug de ceva, spre un loc anume – însă nu avem cum să știm unde mergem dacă nu știm cine suntem. Amprentele Domnului se regăsesc peste tot în viața noastră, iar, pe măsură ce-L căutăm, toate piesele încep să se potrivească. În cele din urmă, aflăm că adevărata identitate – sinele – este numai în Hristos și doar atunci aflăm încotro merge viața noastră.

Mai demult am auzit o poveste despre un predicator celebru care s-a dus să viziteze un azil pentru bolnavii de Alzheimer. El s-a dus și i-a salutat pe oamenii care erau foarte bucuroși să-l vadă. El s-a dus la o doamnă și a întrebat-o: „Știți cine sunt eu?" Ea a răspuns: „Nu, dar, dacă mergeți la recepție, vă pot spune cei de acolo."

Ți se potrivește cumva povestea aceasta? Îi întrebi cumva pe ceilalți cine ești de atât de mult timp încât ți-ai pierdut adevărata identitate? Simți că parcă ai avea cumva amnezie, încercând cu disperare să afli cine ești? Dacă te regăsești cumva în vreuna dintre situațiile de mai sus, știu exact cum te simți. Îmi amintesc de un moment din viața mea în care încercam să fiu atât de multe persoane, încât nu mai știam deloc ce-mi plăcea cu adevărat, ce-mi doream să fac și ce simțeam că ar trebui să fac. Tot ce știam era că eram foarte nefericită. În încercarea mea de a le face pe plac oamenilor pentru ca ei să mă accepte, mă pierdusem pe mine.

În încheierea acestui capitol, țin să îți reamintesc faptul că ești o făptură nouă în Hristos și că ești preaiubita Lui – unică, prețuită, apreciată și dorită de Dumnezeu Însuși. Chiar și când erai o păcătoasă, El te-a iubit atât de mult încât a murit în locul tău, luând asupra Sa pedeapsa pentru păcatele tale. Chiar dacă ai fi fost singura persoană de pe tot pământul, El tot ar fi făcut-o chiar și numai pentru tine. Data viitoare când te mai întâlnești cu cineva și te întreabă ce faci (așa cum fac oamenii adesea), îi poți spune cu ce anume te ocupi, dar nu uita că ești mult mai mult decât doar ceea ce faci – ești preaiubita lui Dumnezeu!

CAPITOLUL 10:

PARCAREA INTERZISĂ

Domnul a zis lui Moise: „Ce rost au strigătele acestea? Spune copiilor lui Israel să pornească înainte."

Exodul 14:15

Într-o zi, pe când mergeam cu mașina, mi-a fost atrasă atenția de un indicator de pe stradă care spunea PARCAREA INTERZISĂ. Imediat mi-am spus: *Cu toții avem nevoie de un astfel de indicator care să ne reamintească să nu ne parcăm viețile într-un moment de durere sau dezamăgire și să rămânem acolo.*

Probabil că citești această carte deoarece ai fost rănită în trecut de ceva sau cineva, așa că vreau să te încurajez să nu-ți parchezi viața, visurile și scopurile în acel moment de suferință din viața ta și să renunți apoi complet la viață. Mergi înainte! Dumnezeu ne-a creat să fim niște oameni care merg mereu înainte. A avea succes în orice lucru nu e o realizare de moment, ci e o stare existențială continuă.

A avea succes în orice lucru nu e o realizare de moment, ci e o stare existențială continuă.

Apostolul Pavel e un excelent exemplu de persoană care a continuat să meargă înainte, oricât de greu i-a fost să o facă. Pavel a fost trimis de către Dumnezeu ca să transmită Vestea cea Bună a Evangheliei lui Isus Hristos, dar el a avut parte de multă opoziție. Când a avut de înfruntat tragedii precum o navă eșuată, o mușcătură de șarpe, închisoare, sau faptul că a fost părăsit de prietenii și asociații săi, chiar și când a avut parte de ceea ce el a numit „un țepuș în carne", Pavel nu s-a dat deloc bătut. Dacă

ar fi parcat în acele momente de suferință, ar fi ratat cele două treimi din Noul Testament pe care Dumnezeu i le-a dat să le scrie! Dacă parchezi într-un moment de suferință, restul lumii va rata lucrurile prin care vrea să te treacă Dumnezeu.

Pavel a spus că a ratat semnul perfecțiunii în umblarea sa zilnică alături de Dumnezeu, dar a mai spus că a renunțat la tot ce era în urmă, continuând să meargă înainte pentru a-și urmări scopul (Filipeni 3:12-13).

Atunci când apare eșecul sau vreo problemă, nu e ușor să mergi mai departe, dar asta e ceea ce vrea Dumnezeu să facem. Pierderea slujbei, divorțul, boala, nedreptatea, moartea unei persoane dragi, nesiguranța și confuzia ne pot opri să mergem mai departe dacă le permitem. Însă tocmai în aceste momente este cel mai important să mergem mai departe, chiar dacă simțim că nu înaintăm decât câte puțin. Puțin câte puțin, vom reuși să progresăm. E ușor să renunțăm și să ne dăm bătuți, dar e nevoie de mult curaj să continuăm să mergem mai departe în mijlocul suferinței.

Îmi amintesc de o perioadă în care unul dintre copiii mei avea probleme, fiind o situație care ar fi putut să-i afecteze grav viața. În mod normal, eram foarte îngrijorată și sufeream cumplit emoțional și mental. Erau zile în care nu voiam nici măcar să mă dau jos din pat, dar Dumnezeu mă îndemna să mă ridic și să fac câte un pas măcar. În acea perioadă, aveam programată o conferință și, între sesiuni, mă duceam în camera mea și plângeam. Însă, când venea timpul să începem altă sesiune, făceam câte un pas, ieșeam, iar Dumnezeu m-a ajutat să fac ce era de făcut. În cele din urmă, acea situație s-a încheiat cu bine. Ceea ce putea deveni un dezastru s-a transformat într-o lecție plină de înțelepciune care l-a ajutat pe copilul meu ca, pe viitor, să ia decizii mai bune.

Istoria e plină de oameni care au învins împotrivirile și obstacolele pe care le-au întâlnit în viață. Helen Keller și-a pierdut

văzul și auzul, dar, în ciuda dizabilităților sale, a avut foarte mari realizări. Paralizia lui Franklin Roosevelt l-ar fi putut doborî, dar el a mers mai departe și a slujit în funcția cea mai înaltă din stat, aceea de președinte. Istoria e plină de oameni obișnuiți care au reușit lucruri extraordinare fiindcă nu și-au „parcat" viața în momentele lor de suferință.

Țin minte foarte clar că tatăl meu mi-a spus: „Nu vei reuși nimic niciodată", dar, cu ajutorul Domnului, am trecut peste aceste cuvinte. Cu toții avem aceeași oportunitate de a trece peste obstacole. Nu ne trebuie decât o credință solidă în Dumnezeu și foarte multă hotărâre. Totul ține de ceea ce vrei să ai în viață. Dumnezeu te cheamă să mergi înainte, așa că te încurajez să nu te lași doborâtă de nimic.

Dumnezeu te cheamă să mergi înainte, așa că te încurajez să nu te lași doborâtă de nimic.

În calitate de fiică a Domnului, ești o făptură nouă. Toate cele vechi s-au dus, totul este făcut nou (2 Corinteni 5:17). Acceptă acest adevăr din Cuvântul lui Dumnezeu ca fiind noua ta stare normală și refuză să parchezi într-un moment de suferință.

Dacă ai studiat Biblia, sunt sigură că ai auzit de Avraam. Dumnezeu a încheiat un legământ cu el și a făcut lucruri mari prin el, lucruri de care beneficiem și noi în prezent. Însă poate că nu știi că Dumnezeu îl rugase mai înainte pe Tera, tatăl lui Avraam, să părăsească cetatea Ur din Caldeea și să se ducă în Canaan. Cu toate că Tera a pornit în călătorie, el nu a mai ajuns la destinație, așa că Dumnezeu i-a cerut mai târziu lui Avraam să se ducă el în schimb (Geneza 11-12). Canaanul era ținutul promis pe care Dumnezeu voia să-l dea copiilor Săi, dar avea nevoie de cineva prin care să lucreze.

Când Dumnezeu l-a chemat pe Tera să meargă în Canaan, el a plecat, după cum i se spusese, însă când a ajuns în cetatea Haran, s-a stabilit acolo. M-am întrebat adesea dacă nu cumva,

în cazul în care Tera ar fi mers mai departe în loc să se stabilească undeva pe parcurs, Dumnezeu ar fi încheiat legământul cu el, acel legământ pe care, în cele din urmă, l-a încheiat cu Avraam. Nu știm sigur, dar cred că ar fi fost posibil. Oare pe câți oameni nu cheamă Dumnezeu să facă ceva măreț înainte de a găsi pe cineva care să meargă până la capăt cu El, spre victorie?

De ce s-a stabilit Tera, sau a parcat, undeva pe parcurs în loc să meargă până la capăt, ca să ajungă în locul unde voia Dumnezeu ca el să ajungă? Poate că drumul a devenit mai greu, sau poate că se săturase să mai călătorească. Cred că nu vom ști niciodată, dar știu sigur că Biblia spune că Tera a trăit 205 ani și a murit în Haran (Geneza 11:31-32). El a murit acolo unde a „parcat". Tera s-a mulțumit cu ceva mai puțin decât ce pregătise Dumnezeu mai bun pentru viața lui. Să nu permiți să ți se întâmple și ție așa ceva. Dumnezeu a avut mereu un plan foarte bun pentru tine și viața ta (Ieremia 29:11) și, chiar dacă lucrurile care te-au rănit au amânat planul Său, acestea nu-i pot pune capăt atât timp cât tu nu te oprești. Nu înceta să mergi mai departe!

Mai târziu, după ce Tera a murit, Dumnezeu l-a chemat pe Avraam să întreprindă aceeași călătorie, iar acesta a mers până la capăt alături de Dumnezeu, devenind patriarhul întregului neam evreiesc. Dumnezeu a promis că va face o națiune mare prin el și așa a fost. Cu toate că lui Avraam i-a fost pusă credința la încercare, el a trecut cu bine fiecare test și a ajuns să facă parte din linia genealogică a lui Isus Hristos.

Poate că și tu treci printr-o perioadă de încercări în viața ta acum și ești tentată să renunți și să te dai bătută. Iată ce trebuie să știi: ai tot ce-ți trebuie să treci prin asta și să obții victoria, deoarece Dumnezeu este de partea ta!

Ai tot ce-ți trebuie să treci prin asta și să obții victoria, deoarece Dumnezeu este de partea ta!

Noi încercăm adesea să trecem peste probleme sau să găsim un mod de a le ocoli pentru a nu fi nevoiți să le înfruntăm, dar acest lucru nu-ți va aduce niciodată nimic bun în viață. Chiar dacă evităm să le înfruntăm o perioadă mai lungă, acestea ne vor rămâne în cale până când vom avea curajul să le înfruntăm. Dacă sperăm să ne împlinim visurile, trecem să înfruntăm toate lucrurile care ne stau în cale. Nu putem să parcurgem o parte din drum, iar apoi, când viața devine mai grea, să parcăm pur și simplu.

> Dorim însă [cu tărie și sincer] ca fiecare din voi să arate aceeași râvnă [până la capăt], ca să păstreze până la sfârșit o deplină nădejde (Evrei 6:11).

Doamna din furgonetă

La scurt timp după ce Dumnezeu mi-a dat ideea să îi încurajez pe oameni să nu mai parcheze în momentul suferinței lor, am văzut un film intitulat *Doamna din furgonetă*, care m-a marcat enorm. Filmul se bazează pe povestea adevărată a domnișoarei Shepherd, o femeie fără adăpost care trăia într-o furgonetă galbenă parcată pe aleea lui Alan Bennett din Londra timp de 15 ani. De ce? Fiindcă în tinerețe fusese rănită, inima îi fusese frântă și devenise dezamăgită de viață. Ea se considera o ratată și toată viața s-a simțit vinovată fiindcă, în timp ce-și conducea furgoneta, ea ucisese un om din greșeală. Toate aceste lucruri o făcuseră să renunțe la viață. Ea și-a parcat furgoneta și nu s-a mai mișcat de acolo până a murit.

Domnișoara Shepherd fusese o pianistă talentată și celebră. Ea simțea că voia să-L slujească pe Domnul prin viața ei, iar singurul mod în care a știut să o facă a fost să intre la o mănăstire și să devină călugăriță. La mănăstire era un pian, iar ei îi plăcea și se simțea împlinită să cânte seara la pian. Însă, dintr-un motiv oarecare, maicii superioare nu-i plăcea de domnișoara Shepherd, sau poate că era invidioasă pe talentul acesteia, astfel că i-a spus domnișoarei

Shepherd că îi plăcea pianul prea mult și că Dumnezeu îi cerea să sacrifice cântatul la pian pentru a-și dovedi iubirea față de El. Ea s-a supus, dar asta i-a frânt inima. Ea avea sufletul rănit, iar din cauza acestor răni, s-a înstrăinat de oameni, căpătând și alte obiceiuri ciudate. În cele din urmă, a trebuit să părăsească mănăstirea, iar atunci s-a simțit respinsă, părăsită și singură.

Durerea provocată de aceste evenimente i-a afectat sănătatea mentală și emoțională în asemenea măsură încât, în cele din urmă, a fost internată într-un spital de boli mentale. După ce a fost externată, a ajuns să trăiască în vechea ei furgonetă dărăpănată, pe care a vopsit-o în galben. După ce a parcat-o în diferite locuri, cerându-i-se să plece de fiecare dată, l-a convins pe Alan Bennett să o lase să parcheze pe aleea lui pentru ceea ce se presupunea a fi o scurtă perioadă de timp, dar ea nu a mai plecat de acolo niciodată. După 15 ani, ea a și murit acolo unde parcase.

În film, după ce ea a ajuns în rai, prima persoană întâlnită a fost bărbatul pe care credea că-l ucisese, dar care i-a spus imediat: „Eu nu am murit din cauza ta. Am sărit intenționat în fața furgonetei tale ca să-mi pun capăt zilelor."

După ce am văzut acest film, câteva zile m-am tot gândit la el, iar apoi l-am mai vizionat și a doua oară ca să înțeleg mai bine mesajul său. Pentru producător, poate că era doar o poveste bună de relatat, dar pentru mine a fost un exemplu clasic a ceea ce facem noi în viețile noastre atunci când sufletele ne sunt profund rănite. Parcăm chiar în momentul suferinței noastre și astfel ratăm cea mai bună viață care ne este oferită prin Isus Hristos.

Promisiunea lui Dumnezeu cu privire la vindecare și restaurare

Chiar dacă nu putem evita suferința întâlnită în viață care ne rănește sufletul, putem alege să nu îi permitem să ne strice tot

restul vieții. Nu rămâneți blocați într-un anumit moment din viață. Orice ni s-ar întâmpla, viața merge mai departe, iar noi fie alegem să mergem mai departe, fie alegem să rămânem în urmă, blocați în suferința și amărăciunea noastră.

Dumnezeu promite să ne vindece și să ne restaureze, dar acest lucru nu se întâmplă ca prin magie, fără ca noi să nu facem nimic. Trebuie să credem în promisiunea făcută de Dumnezeu și, oricât de greu ar fi să mergem mai departe, trebuie să o facem. Pavel ne încurajează să nu dăm înapoi și să ne temem (Evrei 10:38). Pavel le-a spus evreilor, care sufereau cumplit, că aveau să-și păstreze sufletele prin credința în Isus Hristos. A păstra înseamnă a ține ceva în siguranță.

> Noi însă nu suntem din aceia care dau înapoi ca să se piardă [în suferință], ci din aceia care au credință [care se țin, se încred și se bazează pe Dumnezeu prin Isus Hristos, Mesia] pentru mântuirea sufletului (Evrei 10:39).

Nu dați înapoi, nu vă temeți, nu rămâneți blocați într-un moment din timp și nu parcați în momente de suferință. Fiecare pas al credinței pe care-l faceți e un pas în plus spre întregire și vindecare.

Apostolul Petru a fost folosit de către Dumnezeu pentru vindecarea unui om care zăcea la pat de opt ani (Faptele apostolilor 9:33-34). El i-a spus acestuia: „Enea, Isus Hristos (Mesia) te vindecă [acum]." Însă el i-a mai spus ceva ce trebuie să remarcăm. El a spus: „Scoală-te și fă-ți patul!" Vedeți, acest infirm fusese lovit de viață și nu s-a mai ridicat. Însă Petru i-a spus că era vremea să se ridice. Isus S-a confruntat cu o situație similară, doar că omul întâlnit de El zăcea de 38 de ani, așteptând o minune. El aștepta ca cineva să vină și să-i rezolve problema.

Isus i-a spus să se ridice, să-și ia patul (salteaua) și să meargă (Ioan 5:5-8). Isus i-s spus să facă imposibilul. El fusese invalid

de multă vreme, iar acum i se spunea să se ridice. Poate că, în timp ce citești această carte, te simți și tu ca acel invalid. Poate te gândești: *Joyce, îmi ceri să fac lucruri imposibile. Sunt prea grele!* Însă adevărul este că, alături de Dumnezeu, orice e posibil și nimic din ceea ce ne cere să facem nu e prea greu dacă Îi cerem să ne dea puterea să le facem.

Isus e Vindecătorul nostru, dar, pe parcursul călătoriei noastre, El ne va cere să facem anumite lucruri și, dacă nu le facem, atunci nu vom primi vindecarea pe care ne-o pune la dispoziție. Mă întreb câți oameni or fi încurajat-o pe domnișoara Shepherd să iasă din furgoneta galbenă și să-și îmbunătățească viața, dar ea tot nu a făcut nimic. Cumva, pentru ea, suferința din furgonetă era mai bună decât să riște să iasă și să meargă mai departe.

Nu e prea târziu

Sunt sigură că una dintre minciunile pe care ți le-a spus diavolul este faptul că, pentru tine, e prea târziu. Însă niciodată nu e prea târziu ca Dumnezeu să ne vindece și să ne restaureze. Acel invalid era în starea respectivă de 38 de ani, dar tot s-a ridicat și a fost întregit.

Niciodată nu e prea târziu să ne reluăm visurile și să mergem mai departe. Sunt sigură că domnișoara Shepherd ar fi putut cânta la pian la fel de frumos dacă ar fi avut curajul să încerce.

Dumnezeu ne oferă mereu noi începuturi. Chiar dacă te simți uitată și fără vlagă, să știi că Dumnezeu nu te-a uitat. Te așteaptă lucruri noi și interesante, dar tot ce trebuie să faci pentru a porni în noua ta viață este să te ridici și să continui să mergi. Aceasta e promisiunea lui Dumnezeu pentru tine. Nu renunța la ea și nu privi în urmă!

> Nu vă mai gândiți [cu sinceritate] la ce a fost mai înainte și nu vă mai uitați la cele vechi!

> Iată, voi face ceva *nou* și-i gata să se întâmple (Isaia 43:18-19).

Dumnezeu ne oferă mereu noi începuturi.

O femeie despre care citim în Biblie, pe nume Rut, a refuzat să parcheze în momentul suferinței sale și nici nu a vrut să rămână blocată într-o viață plină de nefericire. Soțul, cumnatul și socrul ei muriseră, iar ea trebuia să decidă acum dacă avea să meargă mai departe împreună cu soacra ei, care era foarte săracă și nu avea cum să le ofere vreun mijloc de întreținere, fie să se întoarcă în țara ei, unde, înainte, se închina la idoli.

Ea ajunsese să creadă în singurul Dumnezeu adevărat și desigur că și-a dat seama că viața alături de El era mai bună decât cea anterioară, chiar dacă asta însemna că avea să înfrunte greutăți. Soacra ei a îndemnat-o să se întoarcă, amintindu-i că nu avea cum să o întrețină, dar Rut a refuzat să se întoarcă. Cele două au mers mai departe, iar, în cele din urmă, Rut s-a căsătorit cu un bărbat bogat pe nume Boaz. Rut a devenit străbunica lui David și e una dintre cele cinci femei din linia genealogică a lui Isus care sunt menționate în primul capitol din Matei.

Pe atunci, habar nu avea Rut că decizia ei avea să-i confere măreție. Însă rezultatul a depins numai de decizia ei. O femeie care pierduse totul a refuzat să creadă că era prea târziu să o ia de la capăt! (Pentru toată povestea lui Rut, vezi cartea Rut din Biblie.)

Cred că și tu vei avea parte de măreție. Trebuie numai să iei decizia corectă, adică aceea de a lăsa durerea în urmă și de a te bucura de tot ce a pregătit Dumnezeu pentru tine.

CAPITOLUL 11:

NU EȘTI DEFECTĂ

Voi aveți totul deplin în El, care este Capul oricărei domnii și stăpâniri.

Coloseni 2:10

Eu L-am acceptat pe Hristos pe când aveam nouă ani și am mers în vizită la niște rude care m-au luat cu ele la biserică. Viața nu a părut să mi se schimbe prea mult după ce I-am cerut lui Isus să-mi ierte păcatele și să mă mântuie, dar țin minte că stăteam în pat noaptea, în adolescență și în tinerețe, gândindu-mă: *Cândva voi face ceva măreț!* Acum îmi dau seama că cel care îmi vorbea era spiritul meu cel nou, născut din nou. Inima mi se schimbase și, chiar dacă înainte fusesem lipsită de speranță, acum puteam spera că abuzul la care eram supusă avea să se termine într-o zi.

Aveam și alte gânduri, care nu erau deloc pozitive. Țin minte că, adolescentă fiind, intenționam să plec de acasă imediat ce aveam să termin liceul și să împlinesc 18 ani. Mă gândeam la viața mea și la ce aveam să fac sau la ce avea să mi se întâmple și țin minte clar că îmi ziceam: *Voi avea mereu o viață de doi bani deoarece tatăl meu m-a abuzat.* Mă consideram defectă, credeam că mereu mă voi mulțumi cu orice îmi va da viața. De fapt, plănuisem să am o viață de doi bani și asta este cât se poate de trist.

Mi-ar plăcea să pot spune că mesajele pe care le auzeam de la spiritul meu născut din nou au înlăturat mesajele negative pe care le primeam, dar nu e așa – cel puțin, nu în primii câțiva ani.

Uneori, mai aveam câte o licărire de speranță, dar aceasta era mereu alungată imediat de pesimismul din mintea mea. Poate că

și tu oscilezi între a crede că lucrurile se vor îndrepta pentru tine și apoi a te îndoi că va fi așa vreodată. Nu dispera; Dumnezeu te va întâlni acolo unde te afli și te va ajuta să ajungi unde trebuie să fii.

Dumnezeu te va ajuta să ajungi unde trebuie să fii.

La scurtă vreme după ce am plecat de acasă, am cunoscut un băiat arătos care îmi dădea atenție. La câteva luni după ce ne-am cunoscut, el m-a cerut în căsătorie și, chiar dacă eram sceptică și nu mă simțeam împăcată să-i accept oferta, am făcut-o oricum. Acea decizie i-a adus și mai multă durere sufletului meu care era deja zdrobit și rănit și, timp de cinci ani, el m-a abuzat în moduri pe care nu le mai trăisem până atunci. El îmi era mereu infidel. Nu avea slujbă mai mereu și a devenit apoi un mic escroc, furând de la prieteni și rude numai ca să poată ieși să se distreze cu prietenii lui.

Într-o noapte, m-am trezit fiindcă mi-am dat seama că încerca să-mi scoată verigheta de pe deget. Cu toate că nu valora prea mult, știam că voia să o vândă. Am avut un singur copil și, în timp ce eram gravidă, el a trăit cu altă femeie, susținând că bebelușul pe care-l purtam nu era al lui. Pe durata sarcinii am trăit singură și am lucrat până nu am mai putut, ajungând la un moment dat fără bani și fără locuință. Din fericire, o femeie pe care o cunoșteam și care mă tundea și mă coafa, a fost drăguță și m-a invitat să locuiesc cu ea și cu mama ei până am născut.

După ce l-am născut pe fiul nostru, soțul meu a venit la spital, vrând să ne împăcăm și, ca de obicei, l-am primit înapoi. El făcea deseori asta: mă părăsea pentru alte femei, dar apoi se întorcea, spunându-mi că îi părea rău, iar eu îl primeam mereu înapoi. Acest tip de comportament e specific femeilor care au sufletele rănite. Deoarece consideră că nu merită ceva mai bun, sau fiindcă se tem să nu rămână singure toată viața, le tot permit bărbaților să le abuzeze în diferite feluri, în loc să ia atitudine.

Când am plecat din spital cu el și cu fiul nostru, pe care îl numisem David, nu aveam unde să stăm. Cu toate că nu mai dormisem niciodată în mașină, pe stradă, în acea perioadă nu aveam nicio locuință și a trebuit să mă bazez pe bunătatea celorlalți ca să mă ajute. Soțul meu avea o fostă cumnată care divorțase de fratele lui. Ea era o creștină de treabă și ne-a lăsat să locuim într-o cameră din casa ei, până când eu m-am putut întoarce la lucru și ne-am putut muta. La scurt timp după ce ne-am mutat, soțul meu a plecat iar cu altă femeie, dar atunci nu am mai suportat, așa că am divorțat.

În acel moment eram îngropată sub atâtea straturi de suferință emoțională și de teamă pentru ce avea să-mi rezerve viitorul, încât mă simțeam complet lipsită de speranță. Țin minte că mă rugam și Îi ceream Domnului să îmi permită și mie să fiu fericită într-o zi și să-mi dea pe cineva care să mă iubească sincer, iar un an mai târziu, El mi-a răspuns la această rugăciune. L-am cunoscut pe Dave, cu care sunt căsătorită de peste 50 de ani. Primii 20 de ani ai acestei căsătorii au fost foarte grei.

Sufletul meu fusese stricat. Nu știam să gândesc, să simt sau să mă port cum trebuie. Asta ni se întâmplă atunci când avem sufletele rănite. Vedem totul prin prisma zdrobirii și suferinței noastre, fiindu-ne greu să credem că viața ni se va îmbunătăți vreodată. Aveam numeroase temeri, dar mă purtam de parcă nimic nu m-ar fi speriat. Trăiam cu un curaj fals care se manifesta în mine prin faptul că încercam să-i controlez pe toți cei din jurul meu pentru ca nimeni să nu mă rănească. Credeam că sunt îndrăzneață, dar, de fapt, eram nepoliticoasă și răutăcioasă.

Mă simțeam nesigură, dar încercam să mă prefac că nu era așa. Nu eram cinstită nici cu mine, nici cu ceilalți, iar viața mea era plină de ipocrizie. Gândindu-mă cum eram, îmi reamintesc cât de măreț este Dumnezeu! Cu adevărat, El m-a eliberat de numeroase probleme și mi-a vindecat sufletul rănit.

Completă și desăvârșită

Când ne lăsăm pe mâinile vindecătoare ale lui Dumnezeu, chiar dacă la început suntem zdrobiți și stricați, ajungem apoi completi și desăvârșiți, fără a mai păstra nicio urmă că am fi fost loviți vreodată. Când vorbesc despre felul în care eram înainte, simt că parcă aș vorbi despre o persoană pe care o cunoșteam mai demult, dar care acum e doar o simplă amintire.

Când ne dăm seama că suntem desăvârșiți în Hristos, atunci nu mai trebuie să credem că suntem defecți și că trebuie să ne mulțumim cu o viață de doi bani. A fi desăvârșit în Hristos înseamnă că El ne oferă tot ce ne lipsește. El compensează lipsurile noastre. Tăria Lui se arată în slăbiciunea noastră (2 Corinteni 12:9); păcatul nostru e învăluit în îndurarea și iertarea Sa. Trecutul nostru dispare în lumina vieții celei noi pe care ne-o oferă.

Când ne naștem din nou, primim Duhul lui Dumnezeu, iar duhul nostru e făcut complet și desăvârșit, total reînnoit, dar tot mai e de lucru la sufletul nostru. Dumnezeu lucrează din interior spre exterior, folosind Cuvântul Său și părtășia noastră cu El pentru a continua munca pe care a început-o. Treptat, lucrul complet și desăvârșit pe care l-a făcut Dumnezeu în duhul nostru, prin harul Său, va ajunge și în sufletul nostru. Când spun că suntem completi și desăvârșiți în El, e cât se poate de adevărat. Asta suntem noi în Hristos. Acest lucru s-a întâmplat deja, chiar dacă nu întotdeauna gândim, simțim sau ne purtăm ca și când am fi completi - dar o vom face dacă vom continua să mergem mai departe prin credință.

Vă voi da un exemplu care cred că mă va ajuta să mă fac mai bine înțeleasă.

De curând, am fost supusă unei operații de înlocuire de șold. Conform celor spuse de medic, această operație este cât se poate de barbară. Mușchii sunt scoși și trași pentru ca echipa de doctori să poată ajunge la încheietura șoldului, iar atunci, se folosește

un fierăstrău pentru a îndepărta încheietura de femur. Noua încheietură este pusă la loc și atașată, apoi e închisă tăietura de la operație și începe procesul de vindecare. Cu toate că am putut să mă ridic în picioare și să mă plimb cu un premergător chiar în aceeași zi, vindecarea a avut loc treptat. Starea mea s-a îmbunătățit mereu, dar erau și perioade de câteva zile, sau chiar de câte o săptămână întreagă, în care simțeam că nu fac niciun progres. În acele perioade, Dave îmi reamintea să am răbdare. Acum nu mai simt durere deloc, dar mușchii din partea din față a piciorului meu încă mai sunt inflamați. Însă, după ce va mai trece puțin timp, nici măcar nu se va mai observa că am fost operată.

Folosind acest exemplu, să ne gândim la rănile emoționale pe care le avem și care se datorează faptului că am fost abuzați sau răniți. Când ne naștem din nou (Îl primim pe Isus ca Mântuitor al nostru), El ne face compleți și desăvârșiți în duhul nostru, dar e posibil ca, o perioadă, să mai observăm anumite lucruri la emoțiile noastre, modul de gândire și la comportament, care să ne arate că acestea nu sunt complet restaurate încă. Am putea spune astfel: „Isus ne vindecă rănile, dar, uneori, cicatricile mai rămân o perioadă." M-am întors acasă cu un șold nou, dar tot șoldul meu și zona de lângă acesta erau extrem de rănite.

În ce privește vindecarea sufletului, este foarte important ca, în timpul procesului, să nu credem că nu s-a schimbat nimic în viața noastră, ajungând să simțim iar că suntem atât de defecți încât nu mai putem fi reparați. Atunci când vine Isus în viața ta, ești reînnoit complet în interior, iar schimbarea are loc dinspre interior către exterior, toți putând vedea astfel lucrarea uimitoare pe care a făcut-o Dumnezeu în tine. Ai răbdare.

Dacă

Nu-l lăsa pe diavol să te convingă că, fiindcă ai fost abuzată sau s-a profitat de tine, înseamnă că viața ta nu va putea fi vreodată

la fel de bună pe cât ar fi fost dacă situația ar fi fost alta pentru tine. Nu trăi mereu cu gândul *Dacă* în minte. Nimic din trecutul tău nu contează atât timp cât tu nu permiți asta. V-am împărtășit lucrurile tragice prin care am trecut, dar acum, în viața mea, nu se vede că aș fi fost dărâmată vreodată. Când Dumnezeu face ceva nou, atunci acel lucru e nou în totalitate.

Chiar și după ce am devenit creștină, am irosit numeroși ani cu gânduri de genul: *Lucrurile sunt mult mai bine pentru mine acum, dar ar fi cu adevărat minunate* dacă *nu aș fi fost abuzată. Nu aș avea unele dintre problemele pe care le am acum* dacă *aș fi avut o copilărie normală, cu părinți care să mă fi iubit cu adevărat.*

Am mers la o biserică mai bine de 10 ani, și am învățat niște lucruri valoroase, dar nu mi s-a spus nimic despre vindecarea emoțională și nici despre trauma pe care o trăiesc oamenii după ce sunt abuzați. După ce am început să citesc Cuvântul și să-L caut pe Dumnezeu pe cont propriu, am început să simt puterea vindecătoare a Domnului, iar uneori mă gândeam: *Aș fi avansat mult mai mult* dacă *cei din biserica la care am fost m-ar fi învățat mai bine.*

Nu putem da timpul înapoi pentru a schimba ce s-a întâmplat deja, dar putem merge înainte, fără a mai privi vreodată în urmă.

Dacă vom continua pe acest drum, nu mai terminăm niciodată cu aceste *Dacă*. Nu putem da timpul înapoi pentru a schimba ce s-a întâmplat deja, dar putem merge înainte, fără a mai privi vreodată în urmă. În loc să spunem că totul ar fi bine *dacă* una sau alta ar fi fost altfel, mai bine să spunem: „Am încredere că Dumnezeu va folosi ceea ce s-a întâmplat, lucrând totul spre binele meu, făcându-mă apoi o persoană mai bună datorită acestui lucru."

Unde e dovada?

Poate că, la un moment dat, ai fost rănit sau zdrobit, dar va

veni și vremea în care nu va mai exista nicio dovadă în viața ta că acest lucru s-ar fi întâmplat vreodată. Nu cred că cine mi-ar vedea viața de acum și-ar putea da seama că eu am fost vreodată abuzată, părăsită, divorțată și aproape am ajuns pe străzi. Mai sunt mulți alții care pot spune același lucru despre viețile lor și chiar și tu vei ajunge la fel, chiar dacă încă nu ai ajuns, dar numai dacă nu te dai bătut.

În cartea Daniel e o poveste despre trei tineri care au ales să fie aruncați mai bine într-un cuptor înfierbântat decât să se închine vreunui alt zeu în afară de Dumnezeu. Se dăduse un decret cum că cine nu se închina în fața regelui va ajunge în cuptor, unde avea să moară. Șadrac, Meșac și Abed-Nego au refuzat să se închine, așa că au fost aruncați în cuptor. Fapta lor l-a înfuriat atât de tare pe regele Nabucadnețar, încât a poruncit ca acel cuptor să fie încins de șapte ori mai tare decât de obicei. Acesta era atât de încins, încât flăcările i-au ucis pe cei care se ocupau de cuptor! Cei trei tineri au stat în mijlocul flăcărilor din cuptor, dar, când regele a privit înăuntru, a văzut cu uimire că acolo erau patru bărbați și că focul nu le făcea niciun rău lui Ședrac, Meșac și Abed-Nego! Știm că cel de-al patrulea bărbat din cuptor era îngerul Domnului, întruparea lui Isus.

Biblia spune că, atunci când regele a cerut să se deschidă cuptorul, iar cei trei bărbați au ieșit, aceștia nu aveau nicio rană. În Daniel 3:27 scrie: „Focul n-avusese nicio putere asupra trupului acestor oameni, că nici perii capului lor nu se pârliseră, hainele le rămăseseră neschimbate și nici măcar miros de foc nu se prinsese de ei."

Plănuiește să ai o viață uimitoare, în care să faci lucruri uimitoare.

Poți ieși și tu din cuptorul încins al vieții și nu va exista nicio dovadă că ai fost în el. Nici măcar mirosul vieții pe care ai dus-o odinioară nu se va ține de tine. Nu ești deloc defectă și te îndemn să nu crezi că ai fi. Nu

plănui să ai o viață de doi bani, ci, în schimb, plănuiește să ai o viață uimitoare, în care să faci lucruri uimitoare.

Mănâncă mereu la masa regelui

Regele Saul avea un nepot pe nume Mefiboșet. Acesta era fiul lui Ionatan, care avea încheiat un legământ cu David, cel care a devenit rege după Saul. Legămintele biblice erau luate foarte în serios și, la mult timp după ce Saul și Ionatan au murit, David încă mai căuta pe cineva din rudele sale pe care să-l binecuvânteze pentru a-și putea cinsti legământul încheiat cu Ionatan.

> David a zis: „A mai rămas cineva din casa lui Saul, ca să-i fac bine din pricina lui Ionatan?" (2 Samuel 9:1)

> Împăratul a zis: „Nu mai este nimeni din casa lui Saul, ca să mă port cu el cu o bunătate [constantă, neprefăcută, fără margini] ca bunătatea lui Dumnezeu?" Și Țiba a răspuns împăratului: „Mai este un fiu al lui Ionatan, olog de picioare." (2 Samuel 9:3)

Băiatul trăia într-un oraș numit Lodebar, nume ce înseamnă „fără pășune". Pare a fi fost un loc secetos și sărăcăcios. Chiar și când ne aflăm în locuri secetoase și sărăcăcioase, Dumnezeu tot ne caută fiindcă El vrea să binecuvânteze pe cineva de dragul lui Isus. Dumnezeu nu ne binecuvântează pentru că merităm, ci pentru simplul fapt că I-a spus lui Isus că îi va binecuvânta pe toți cei care cred în El. Mefiboșet nu dorea să-și schimbe viața, dar David îl căuta pe el. El era nepotul fostului rege, dar, cu toate astea, trăia în condiții mizere, cu toate că ar fi putut mânca mereu la masa regelui datorită legământului existent între tatăl său și regele David.

Când Mefișobet a fost adus înaintea lui David, el a răspuns temător. David i-a spus să nu se teamă, căci avea să fie bun cu el, de dragul tatălui său, redându-i tot ce i se cuvenea de drept. De

asemenea, i-a mai spus și că va putea mânca mereu la masa lui.

Gândește-te numai – Dumnezeu vrea să îți înapoieze tot ce ai pierdut! El te-a căutat și te invită să mănânci mereu la masa Lui plină de binecuvântare și bucurie.

Felul în care Mefișobet a răspuns ofertei lui David, ne arată de ce trăia el cu mult sub dreptul moștenit.

> El [ologul] s-a închinat și a zis: „Cine este robul tău, ca să te uiți la un câine mort ca mine?" (2 Samuel 9:8)

De atunci înainte, David a avut grijă ca Mefișobet și Mica, fiul lui, să primească tot ce le trebuia, iar Biblia spune că el a mâncat mereu la masa regelui, chiar dacă era olog (2 Samuel 9:13). Îmi place partea asta fiindcă mă ajută să înțeleg că, chiar dacă suntem slabi (avem slăbiciuni), tot putem continua să mâncăm la masa Regelui Isus.

Te-ai târât cumva în jurul mesei, mulțumindu-te cu firimiturile căzute pe podea? Te-ai mulțumit cu ceva mai puțin decât ce are Dumnezeu mai bun pentru tine? Gândește-te cum te-ai simți dacă ai pregăti o masă delicioasă și ți-ai chema copiii să vină la tine la masă, iar ei s-ar băga toți sub masă și ar începe să-ți spună că sunt lipsiți de valoare și că nu merită să stea la masă. Așa se simte Dumnezeu atunci când refuzăm să primim binecuvântările Sale deoarece credem că suntem defecți, deci nu merităm nimic. Isus a plătit scump pentru vindecarea și restaurarea noastră atunci când a murit pe cruce, așa că haideți să începem să primim beneficiile pe care le-a răscumpărat prin sacrificiul făcut de El.

Nu mai trebuie să faci niciun sacrificiu deoarece Isus a făcut-o deja pentru tine – acum poți sta la masă și să mănânci cu Regele!

CAPITOLUL 12:

RĂNILE PRODUSE DE PĂCAT

Rănile mele miros greu și sunt pline de coptură, în urma nebuniei mele.

Psalmii 38:5

Sufletele noastre sunt rănite din cauza lucrurilor teribile pe care ni le fac ceilalți, dar, adesea, suntem răniți din cauza propriului nostru păcat. Uneori, cele mai profunde răni din sufletul nostru sunt rezultatul păcatului personal și al efectului pe care l-a avut asupra gândirii și emoțiilor noastre, dar și al părerii pe care o avem despre noi înșine. Poate că suntem copleșiți de gânduri și de sentimente pline de vinovăție, de autorespingere și ură de sine. Păcatele noastre nu ne rănesc numai pe noi, ci și pe oamenii pe care-i iubim și la care ținem. Julie e un părinte cu copii adulți care sunt răniți, căci tocmai ea i-a rănit. Ea a fost o alcoolică, fiind fie mereu absentă de acasă, fie leșinată de băutură, deci indisponibilă. De asemenea, de multe ori, când era beată, s-a purtat violent. Din cauza problemei ei cu băutura, ea și soțul ei au divorțat. În cele din urmă, ea s-a internat la un centru de reabilitare, dar, până atunci, fiul ei devenise deja nervos, iar fiica ei era deprimată și introvertită. Ce mai poate face Julie acum? Ei îi pare rău cu adevărat pentru suferința provocată copiilor ei, lucru pe care l-a spus și lor, dar toți au acum sufletele rănite, inclusiv Julie.

Înainte ca să îi plece copiii de acasă, Julie L-a acceptat pe Isus și a început să meargă la biserică în mod regulat. Ea voia ca și ei să meargă cu ea, dar aceștia erau spre sfârșitul adolescenței deja și nu îi interesa acest lucru. Copiii s-au dus mai departe la colegiu, apoi

s-au căsătorit și au avut și ei copii la rândul lor, dar relația lor cu Julie a rămas la fel de rece. Era clar că erau plini de resentimente față de ea și că preferau să petreacă în preajma mamei lor cât mai puțin timp cu putință.

Acum, Julie are sufletul rănit fiindcă știe că și-a făcut copiii să sufere și pentru că se simte respinsă de ei. Cu toate că înțelege de ce ei simt ceea ce simt, tot e dureros. Ce poate face? Ce ar putea vindeca acele răni? Am câteva sugestii, bazate pe Scriptură, ce cred că ar fi de ajutor:

În primul rând, trebuie să vorbești deschis cu Dumnezeu despre trecutul tău, spunând tot, fără să ascunzi nimic. Regele David a păcătuit cumplit comițând adulter cu Batșeba și punând ca Urie, soțul ei, să fie ucis, numai ca să nu afle ce făcuse David. Apoi, s-a căsătorit cu Batșeba. Cumva, David a reușit să trăiască în acest păcat timp de un an, dar, în cele din urmă, a devenit atât de nefericit, încât a trebuit să înfrunte păcatul.

Aș vrea să redau cu propriile mele cuvinte ce cred că ar fi spus David. *Cât am tăcut, înainte de a-mi mărturisi păcatul, simțeam că mă irosesc, iar sufletul meu gemea toată ziua. Știam că Tu, Doamne, ești nemulțumit și simțeam neîncetat cum vrei să mă tragi la răspundere. Sufletul mi se simțea de parcă ar fi zăcut în arșița verii. În cele din urmă, mi-am mărturisit păcatul. Nu am ascuns nimic și am mărturisit până când totul a fost expus. Atunci, Tu mi-ai iertat pe loc nedreptatea și vinovăția mea* (parafrazare după Psalmii 32:3-5).

Cu toate că Dumnezeu știe deja ce facem noi tot timpul, e important ca noi să ne recunoaștem greșelile în totalitate, fiindcă asta ne ajută să le eliminăm din sufletele noastre. Putem vorbi cu Dumnezeu la orice oră, despre absolut orice, știind că El nu ne va judeca și nici nu ne va respinge. A vorbi despre lucrurile ascunse în întuneric e tocmai ce ne ajută uneori să scăpăm de acestea.

Dumnezeu vrea ca ființa noastră interioară să fie plină de adevăr (Psalmii 51:6).

Să nu te temi niciodată atât de tare de lumină încât să alegi să rămâi în întuneric. Cu toate că David și-a ignorat păcatul multă vreme, e clar din mărturisirea lui că acesta îl apăsa mereu. Poate că a fost mereu atât de ocupat cu treburi încât nu a trebuit să se confrunte cu acesta, sau poate că a căutat tot felul de scuze pentru păcatul comis – cel puțin, știu că asta am făcut eu adesea în trecut atunci când nu voiam să-mi recunosc propriul comportament greșit. Un alt mod de a evita să-ți înfrunți păcatul este să dai vina pentru el pe altcineva. Poate ne convingem singuri că, dacă ceilalți nu ar fi făcut ceea ce au făcut, atunci nici noi nu am fi făcut ce am făcut. Chiar dacă acest mod de gândire poate avea o sămânță de adevăr, niciodată nu vom scăpa de povara păcatului dacă nu ne asumăm responsabilitatea pentru ceea ce am făcut, mărturisind totul – mai întâi, față de Dumnezeu, iar apoi, dacă e nevoie, și față de alți oameni.

Să nu te temi niciodată atât de tare de lumină încât să alegi să rămâi în întuneric.

Următorul lucru ce trebuie făcut este să primești iertarea pe care ai cerut-o. Primește-o prin credință și nu uita că e posibil ca sentimentele să nu ți se schimbe imediat. Învață și meditează la versetele referitoare la iertarea oferită de Dumnezeu, dar și la uimitoarea Sa îndurare, până când aceste adevăruri devin o revelație în viața ta. După ce se va întâmpla asta, sentimentele tale se vor alinia cu adevărul din Cuvântul lui Dumnezeu. Nu uita că, după ce David și-a mărturisit păcatul cu o inimă spășită, Dumnezeu l-a iertat imediat. Isus a plătit deja pentru păcatele noastre, iar iertarea ne stă la dispoziție dacă o primim prin credință.

Vorbește deschis cu oamenii pe care i-ai rănit. S-ar putea să fie nevoie de ceva mai mult decât să-ți ceri numai iertare. Spune-le prin ce treceai atunci când i-ai rănit și cât de mult regreți cele

făcute. Cere-le cu smerenie să te ierte și să-ți acorde o a doua șansă. Nu căuta scuze, căci atunci scuzele tale nu vor mai avea același efect.

Dacă nu vor sau nu pot să te ierte imediat, spune-le că înțelegi și că te rogi pentru ei constant. Cere-I lui Dumnezeu să le dea harul de a te ierta fiindcă numai El e Cel care o poate face cu adevărat. Cere-I să le vindece rănile din suflet.

Nu înceta să le dovedești că îi iubește de câte ori se ivește ocazia. Iubirea acoperă numeroase păcate (1 Petru 4:8). Aceasta are și capacitatea de a înmuia chiar și cea mai împietrită inimă. Când nu încetăm să ne purtăm cu bunătate și iubire față de cei ce au inima împietrită față de noi, în cele din urmă, acest lucru va avea un minunat efect vindecător asupra lor.

Va trebui să ai răbdare fiindcă probabil că va dura până când cei pe care i-am rănit vor putea crede că ne-am schimbat și că ne pare rău cu adevărat. Să nu uităm că, așa cum a fost nevoie de mult timp ca să ni se vindece rănile, și în cazul lor e la fel.

Nu trăi cu povara vinovăției

Chiar dacă ceva din ce am făcut noi a rănit pe cineva, nu înseamnă că trebuie să trăim mereu apăsați de vină și învinovățire. După ce ne-am căit și le-am cerut celorlalți să ne ierte pentru durerea pe care le-am provocat-o, trebuie să încetăm să ne mai învinovățim. A învinovăți înseamnă a acuza sau a condamna, astfel că e important să încetezi să te mai acuzi și să te condamni pentru greșelile din trecut. Cuvântul lui Dumnezeu ne promite că, pentru cei ce sunt în Hristos, nu este condamnare (Romani 8:1). Isus nu a venit în lume ca să o condamne, ci ca să o salveze (Ioan 3:17).

David, fiul meu cel mai mare, a fost un tânăr furios și foarte răzvrătit timp de mai mulți ani, atât în adolescență, cât și ca tânăr adult. Țin minte că, într-o zi, încercam să-i corectez

comportamentul, iar el a spus: „Nu m-aș comporta așa dacă tu nu te-ai fi purtat cu mine așa cum ai făcut-o.” Vai! Am simțit lovitura cuvintelor lui și am plecat de acolo plină de vinovăție.

Isus nu a venit în lume ca să o condamne, ci ca să o salveze.

Ce voia să spună? Din cauza abuzului la care fusesem supusă în copilărie, eram mânioasă și foarte greu de mulțumit, iar David a resimțit mânia și comportamentul meu nepotrivit din viața mea. Eu am țipat foarte mult la copiii mei și i-am obligat să fie cum voiam eu să fie, în loc să îi ajut să fie așa cum voia Dumnezeu. Când David era deja un adolescent, eu aveam deja o viață mult mai bună, dar el a continuat să aibă resentimente față de trecut.

Cu toate că îi cerusem scuze în mod sincer, spunându-i că greșisem și că voiam ca situația dintre noi să se îmbunătățească, el mereu îmi reproșa că „E vina ta că eu sunt așa.” Acesta era modul lui de a da vina pe mine în loc să-și asume responsabilitatea pentru felul în care se comporta. Țin minte clar că, într-o zi, ieșeam din camera lui, simțindu-mă vinovată după ce mă acuzase că din cauza mea se purta urât, când Dumnezeu a început să se adreseze în mod clar inimii mele. El mi-a arătat că făcusem tot ce putusem și că, dacă mai continuam să port povara vinovăției, situația nu avea să se schimbe niciodată. El mi-a spus că fiul meu avea aceeași oportunitate pe care o avusesem și eu ca să se vindece de rănile produse în trecut, dar că el refuza să o facă, așa că nu mai puteam face nimic decât să-l încredințez Domnului.

Acest lucru mi-a fost de mare ajutor și am putut să încredințez întreaga situație în mâinile Domnului. În mod interesant, David nu mi-a mai spus niciodată că el era mânios și răzvrătit din cauza mea. Relația noastră a continuat să se dezvolte, iar acum, el are peste 50 de ani și-mi spune adesea cât de mult mă iubește și mă respectă.

Cred că, pentru mine, a fost foarte important să încetez să mai port povara vinovăției pentru ca să-I permit Domnului să lucreze în acea situație. Dacă vei continua să porți povara vinovăției pentru ceea ce ai făcut în trecut, te rog să renunți la aceasta și să înțelegi că, chiar dacă nu poți da timpul înapoi ca să repari ce ai făcut de i-a rănit pe alții, pentru Dumnezeu, nimic nu e imposibil. El poate schimba inima persoanei pe care ai rănit-o, vindecându-vă rănile amândurora.

Recunosc că, atunci când am rănit profund pe cineva, e foarte greu să scăpăm de povara acțiunilor noastre, dar acesta e cu adevărat singurul lucru pe care-l putem face pentru a ne vedea mai departe de viață.

Vreau să o fac, dar e prea greu

Nu ar trebui să parcăm în momentul suferinței noastre care a fost provocată de ceea ce ne-au făcut alții sau de ceea ce le-am făcut noi lor. Dacă o facem, rămânem cu sufletele rănite. Însă Dumnezeu ne oferă un nou început, iar asta înseamnă că trebuie să lăsăm trecutul în urmă și să nu mai privim înapoi. Renunță la toată vina, toată rușinea și vinovăția din trecut și permite-I lui Dumnezeu să-Și arate puterea în viața ta.

Isus a spus că cine pune mâna pe plug și se uită înapoi nu e vrednic de Împărăția lui Dumnezeu (Luca 9:62). Cred că asta înseamnă că nu putem avea viața uimitoare pe care ne-o oferă Dumnezeu până când nu încetăm să privim înapoi la toate greșelile noastre din trecut. Poate că e greu să renunți la trecut, dar e mult mai bine decât să le retrăiești în fiecare zi.

Ai grijă când gândești și spui că e greu de făcut ceea ce-ți cere Dumnezeu. Dumnezeu ne dă Duhul Său tocmai pentru a face lucruri grele, lucruri pe care oamenii care trăiesc fără Dumnezeu în viețile lor nu le pot face. Prea adesea, îi aud pe

oameni spunând: „Știu ce vrea Dumnezeu să fac, dar este mult prea greu." De asemenea, îi văd cum continuă să aibă vieți nefericite și neîmplinite.

Când sunt convinși că a împlini voia Domnului este prea greu, oamenii ajung adesea să renunțe la dedicarea față de Hristos. La un moment dat, ei au vrut să se dedice pe deplin Domnului, dar când El i-a rugat să facă ceva ce era dificil, ei au decis că e prea greu, așa că s-au întors la vechiul mod de viață. Mulți dintre ucenicii care L-au urmat cândva pe Isus au revenit la vechiul lor mod de viață atunci când El le-a cerut să facă anumite lucruri pe care ei le-au considerat a fi prea grele (vezi Ioan 6:60-66). Dumnezeu nu ne cere niciodată să facem ceva dacă nu ne dă și puterea de a o face. El vrea ca noi să credem și să facem pași ai credinței, iar când facem asta, vom descoperi că, alături de Dumnezeu, orice e posibil!

Nu te mai pedepsi singură

Suntem invitați să fim într-o relație în care să ne încredem în Dumnezeu în toate lucrurile, unul dintre acestea fiind să avem încredere că El se va ocupa de trecut, cu toate greșelile noastre și cu toată durerea provocată de acestea.

Orice ai fi făcut, oricât ar fi de rău, te așteaptă un nou început. A crede acest lucru este primul pas spre viața ta cea nouă. Când am încercat prima dată să dau drumul la tot ce am făcut și i-a rănit pe alții, m-am simțit vinovată numai pentru că am încercat să o fac. Știam că sunt vinovată și simțeam că merit să fiu pedepsită. Simțim adesea că merităm să fim pedepsiți, astfel că ne pedepsim singuri prin faptul că nu încetăm să ne simțim îngrozitor. Însă Vestea cea Bună a Evangheliei lui Hristos este că El a luat pedeapsa noastră. El a fost rănit pentru fărădelegile noastre (Isaia 53:4-5). De fapt, El a îndurat suferința pedepsei pe care o merităm noi. Din moment ce El a fost pedepsit pentru păcatele noastre, noi nu mai trebuie – și nici nu ar trebui să o facem – să ne pedepsim singuri.

Dacă vom continua să ne pedepsim singuri, atunci Hristos a murit în zadar. Oprește-te puțin și întreabă-te dacă nu cumva încă te mai pedepsești singură pentru lucrurile rele pe care le-ai făcut în trecut, iar dacă răspunsul tău e afirmativ, atunci ar trebui să încetezi.

Cât de minunat ar fi dacă cineva ar ajunge la închisoare pe viață pentru o crimă comisă de el, iar într-o zi, temnicerul să vină la ușa sa, să o deschidă și să-i spună: „Ești liber fiindcă cineva s-a oferit să ia asupra sa pedeapsa pe care ai primit-o tu." Ar fi o prostie ca deținutul să spună: „Nu pot uita ce am făcut. Vreau să stau aici și să sufăr în continuare. Vreau să fiu pedepsit." Majoritatea dintre noi cred că am fi de acord că asta ar fi o prostie și probabil că nimeni nu ar face-o, dar asta facem și noi dacă nu acceptăm ceea ce a făcut Isus pentru noi.

Isus ne-a luat locul – El a suferit și a fost pedepsit pentru păcatele noastre. El a fost rănit pentru fărădelegile noastre. Rănile Lui ne-au vindecat rănile noastre, dar acest fapt poate deveni realitate în viața noastră numai când credem și renunțăm la trecut.

Îi poți încredința lui Dumnezeu toate greșelile din trecutul tău. El poate vindeca și mântui în chip desăvârșit (Evrei 7:25). Nimeni nu e prea departe ca El să nu îl poată ajunge, nici tu și nici oamenii pe care poate i-ai rănit.

CAPITOLUL 13:

ÎNVĂȚÂND SĂ TRĂIEȘTI DIN INTERIOR SPRE EXTERIOR

Am fost răstignit împreună cu Hristos și trăiesc... dar nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine. Și viața pe care o trăiesc acum în trup o trăiesc în credința în Fiul lui Dumnezeu, care m-a iubit și S-a dat pe Sine Însuși pentru mine.

Galateni 2:20

Când Îl acceptăm pe Hristos ca Mântuitor al nostru, El va face o lucrare uimitoare în noi. El vine să trăiască în noi, dându-ne o fire nouă și un duh nou, ambele aparținându-I. Tot ce este Isus vine să trăiască în noi, în duhul nostru născut din nou.

Noi primim neprihănirea, pacea, bucuria Lui și rodul Duhului Său. Când suntem În El, suntem îndreptați, mântuiți și sfințiți. Avem gândirea lui Hristos, suntem iertați, și suntem morți față de păcat – iar acesta este numai începutul a ceea ce spune Cuvântul lui Dumnezeu că suntem și avem în Hristos.

Ai fost vreodată atât de descurajată de modul în care a ajuns viața ta încât să te fi gândit sau să fi zis: „Mi-aș dori să am viața altcuiva?" Exact asta primești atunci când Îl primești pe Isus ca Mântuitor al tău, căci El îți ia viața cea veche, iar tu primești viața Lui. În Galateni 2:20, Pavel a spus că el a fost răstignit împreună cu Hristos și că de acum nu mai trăia el, ci Hristos trăia în el, iar viața pe care o avea acum o trăia prin credință.

Pavel trăia acum o viață nouă, una în care învățase să se încreadă în Isus pentru orice lucru, în loc să se încreadă în el însuși sau în ceilalți oameni. El și-a schimbat viața cea veche cu una nouă, trăită în Hristos. Iată mai jos o listă parțială a lucrurilor despre care Cuvântul lui Dumnezeu spune că sunt ale noastre în Hristos. Exact asta primim atunci când Îl primim pe Isus...

• Suntem desăvârșiți în El, care e Căpetenia oricărei domnii și stăpâniri (Coloseni 2:10).

• Noi suntem vii alături de Hristos (Efeseni 2:5).

• Suntem eliberați de legea păcatului și a morții (Romani 8:2).

• Suntem departe de asuprire și nu ne temem, căci frica nu se apropie de noi (Isaia 54:14).

• Suntem născuți din Dumnezeu și cel rău nu se atinge de noi (1 Ioan 5:18).

• Suntem sfinți și fără de pată înaintea Lui în iubire (Efeseni 1:4; 1 Petru 1:16).

• Avem gândirea lui Hristos (1 Corinteni 2:16; Filipeni 2:5).

• Avem pacea Domnului care depășește orice înțelegere (Filipeni 4:7).

• Cel ce este mai mare trăiește în noi; mai mare este Cel ce este în noi decât cel ce este în lume (1 Ioan 4:4).

• Noi am primit darul neprihănirii și domnim ca regi în viața dată de Isus Hristos (Romani 5:17).

• Și multe altele! (vei găsi mai multe afirmații în anexa II.)

Toate lucrurile uimitoare care devin ale noastre în Hristos sunt de-a dreptul uimitoare. Ne începem umblarea cu Dumnezeu crezând că promisiunile Sale sunt adevărate și doar atunci vom începe să le trăim cu adevărat în viața noastră de zi cu zi. Majoritatea timpului, oamenii spun: „Voi crede numai când voi vedea", dar în promisiunile lui Dumnezeu trebuie să credem mai întâi. Crezi întâi

în inima ta și apoi vei și vedea. Credința și răbdarea sunt cheile care descuie vistieria cu promisiunile lui Dumnezeu (Evrei 6:12).

Credința și răbdarea sunt cheile care descuie vistieria cu promisiunile lui Dumnezeu.

E vital să învățăm cine suntem în Hristos dacă vrem să avem vreodată o viață victorioasă ca și creștini. Trebuie să credem că suntem morți față de trecutul nostru și să renunțăm la acesta, în timp ce ne ținem de Isus, mergând mai departe. Trecutul nostru poate că e important pentru unii dintre oamenii pe care îi cunoaștem, dar pentru Dumnezeu nu are nicio importanță. El ne vede ca pe niște oameni noi ce au murit cu Hristos, dar care au și înviat, primind o viață nouă. Scopul nostru ar trebui să fie să ne vedem așa cum ne vede Dumnezeu. Când Îl primim pe Hristos, El ne ia păcatul și ne dă neprihănirea Sa. Dumnezeu ne vede neprihăniți. Așa alege El să ne vadă de îndată ce suntem în Hristos (2 Corinteni 5:21).

Când Îl primim pe Isus, El nu numai că vine să trăiască în noi, dar și noi suntem puși în El. El e în noi, iar noi suntem în El; devenim una cu El și ne unim cu El. Pavel spune că, prin unirea cu El, noi suntem întăriți (Efeseni 6:10).

Dacă noi suntem în El, atunci tot ce este El ne aparține. Noi ne ducem la El goi, iar El ne umple. Dacă eu sunt un vas gol și sunt pus într-un butoi cu apă, voi fi umplut cu apă, așa cum este și butoiul. Ceea ce este în butoi devine al meu. Când suntem puși în Hristos prin credința noastră în El, El ne umple cu Sine.

Numeroase versete spun că noi suntem în Hristos. Unul dintre acestea este Filipeni 3:3, care spune că noi trebuie să ne încredem *în Hristos* și nu în capacitatea noastră de a face ceva. Învățăm să ne găsim valoarea în El și nu în lucrările noastre sau în ceea ce putem face. Încrederea este importantă, așa că, mai încolo în această carte, i-am dedicat un întreg capitol, dar vreau să vă încurajez să

nu vă încredeți niciodată în lucrurile instabile. Isus este Stânca pe care ne putem baza, căci El este de încredere.

Depozitul

Dacă ar veni cineva la banca ta și ar depune câteva milioane de dolari în contul tău, ai putea să retragi din această sumă tot restul vieții. Gândește-te cât de minunat ar fi. Ai fi recunoscător, fericit și încântat și, cu siguranță că ai duce-o mult mai bine când ai avea atât de mulți bani la dispoziție.

Isus a făcut un depozit în fiecare dintre copiii Săi. Conform Scripturii, El ne-a dat toate lucrurile ce țin de viață și evlavie.

> Dumnezeiasca Lui putere ne-a dăruit tot [ce se cere și e necesar] ce privește viața și evlavia, prin cunoașterea [deplină, personală] Celui ce ne-a chemat prin slava și puterea Lui (2 Petru 1:3).

Vă rog să remarcați că nu putem avea „toate lucrurile" – chiar dacă, în realitate, ne aparțin – până când nu ajungem să-L cunoaștem pe El și viața pe care ne-a chemat El să o trăim. Pe lângă aceste promisiuni, noi trebuie să dăm dovadă de supunere și să ne exercităm credința în acestea pentru a le vedea acționând în viețile noastre.

Dacă cineva ar depune o sumă de bani în contul tău, cum am spus mai devreme, dar tu nu ai știi că acei bani sunt acolo, atunci desigur că niciodată nu ai retrage vreun ban. Lipsa de cunoaștere este tocmai ceea ce îi împiedică pe copiii lui Dumnezeu să ducă viața cu adevărat uimitoare pentru care Isus a murit ca ei să o aibă. Aceștia pur și simplu nu știu că aceasta ar fi măcar o opțiune. Aceștia nu știu că pot renunța la trecut, fără a mai privi în urmă, sau că pot fi vindecați de toate rănile din sufletul lor.

La fel, dacă depozitul ar fi făcut, dar persoana respectivă, de lene, nu s-ar duce niciodată la bancă pentru a lua ce-i trebuie, atunci ar trăi în lipsuri, chiar dacă ar dispune de tot ce ar avea nevoie vreodată.

Isus a lăsat un depozit în tine cu tot ce ai avea nevoie vreodată, făcându-te locuința Sa și devenind și El locuința ta. Tot ce ne trebuie și ne dorim se găsește în El; El e în noi, iar noi suntem în El. Te rog să nu ratezi beneficiul pe care ar trebui să ți-l ofere acest adevăr din cauza lipsei de cunoștință sau pentru că ești leneș și nu îți însușești aceste promisiuni. Cu toate că știam aceste lucruri de peste 40 de ani, tot sunt uimită de faptul că Dumnezeu a ales să trăiască în noi și că ne-a îngăduit să trăim în El. Ce privilegiu uimitor! Dacă poți crede, îl vei avea!

> În ziua aceea, veți cunoaște că Eu sunt în Tatăl Meu,
> că voi sunteți în Mine și că Eu sunt în voi (Ioan 14:20).

Pavel le-a spus credincioșilor să nu se mai laude cu liderul pe care îl urmau și să înțeleagă că toate lucrurile le aparțineau (1 Corinteni 3:21). Altfel spus, nu primim ceea ce ne trebuie și nici nu ne aflăm valoarea în oamenii de care ne atașăm, ci numai dacă suntem în Hristos și El este în noi.

Sunt sigură că asta sună bine, dar, pentru a putea deveni o realitate, îți recomand să meditezi zilnic la cele spuse. Gândește-te și spune: „Eu sunt în Hristos, iar El e în mine. Eu sunt locuința Lui, iar El e locuința mea." Reamintește-ți aceste cuvinte în fiecare zi ca să nu le uiți. După mai bine de 40 de ani în care am studiat Cuvântul lui Dumnezeu, tot mai trebuie să-mi reamintesc de aceste promisiuni uimitoare de câteva ori pe săptămână.

Apropiere de Isus

Suntem invitați să fim aproape de Isus prin Duhul Său. El le-a spus ucenicilor Săi că, atunci când va pleca, le va trimite un alt

Mângâietor care să le fie aproape, iar aceasta este o altă promisiune pe care ne-o face (Ioan 16:7). Nu trebuie să simți vreodată că Isus e departe, căci El e la fel de aproape de tine precum îți e suflarea sau bătaia inimii. El este în tine. Poți sta de vorbă cu El oricând. El vrea să aibă o relație apropiată și personală cu tine.

Lucrarea noastră a găzduit de curând un eveniment, iar eu am avut ocazia să stau de vorbă personal cu câțiva oameni. Țin minte că o femeie și soțul ei au început să plângă încercând să-mi spună cât de mult a însemnat pentru ei Cuvântul Domnului, pe care eu am avut privilegiul de a-l împărtăși. Le-am cerut să fie mai specifici, iar amândoi au zis: „Înainte, nu aveam decât religia și încercam din răsputeri să respectăm toate regulile, dar mereu simțeam că am eșuat. Însă tu ne-ai învățat cine suntem în Hristos și că nu mai trebuie să-L căutăm pe Isus, căci El trăiește în noi." Am fost extrem de impresionată de lacrimile lor și de sinceritatea mărturiei lor.

De fapt, ei spuneau că învățaseră să trăiască dinspre interior către exterior, lucru despre care vorbim și în acest capitol. În loc să încerce să respecte toate regulile și restricțiile pentru a se simți valoroși, ei învățaseră că aveau valoare datorită faptului că Isus a murit pentru ei și că făcuse din ei locuința Sa. Acum, ei retrăgeau zilnic din depozitul făcut de El în ei și, drept urmare, aveau acum din belșug tot ce le trebuia. Aveau încredere, siguranță, tărie, neprihănire, pace, bucurie și așa mai departe. Ei știau că orice nevoie ar fi avut, aceasta le era deja împlinită de Isus, așa că nu aveau niciun motiv să trăiască cu teamă. Aceasta este și moștenirea noastră, a mea și a voastră, dar și a oricărui om care crede în Isus.

Acum fiind locuința lui Dumnezeu, El te-a format și te-a aranjat cu mare grijă și atenție. În Exodul, citim despre instrucțiunile pe care i le-a dat Dumnezeu lui Moise pentru construirea cortului. Sunt trei capitole întregi cu detalii foarte precise, inclusiv instrucțiuni pentru fiecare stâlp și fiecare balama, chiar și pentru

inelele care țineau perdelele pe stâlpi. Sunt oferite instrucțiuni precise pentru construirea scaunului îndurării, pentru cadrul cortului, pentru tipul de materiale ce trebuiau folosite pentru altar și orice alt lucru, pentru straturile de aur și argint, pentru pietrele prețioase ce trebuiau folosite, pentru broderii, erau măsurători precise pentru fiecare obiect și multe alte detalii. Este o listă foarte lungă și detaliată.

Când citeam Exodul și am ajuns la acele capitole, mi s-a părut puțin cam greu să tot citesc atâtea detalii timp de trei capitole întregi. Fiindcă am o abordare practică a studierii Cuvântului lui Dumnezeu, și cred că există un mesaj practic pentru noi în fiecare lucru pe care îl citim și-l studiem, L-am întrebat pe Dumnezeu: „Ce pot reține din asta ca să folosesc apoi în viața mea de zi cu zi?" Imediat, am simțit că Dumnezeu mi-a arătat că, din moment ce El fusese atât de precis cu privire la instrucțiunile pe care le dăduse pentru construirea cortului, ar fi trebuit să mă gândesc la cât de minuțios și cu precizie a lucrat El pentru crearea și formarea fiecăruia dintre copiii Săi. El ne-a modelat pe fiecare dintre noi ca pe o locuință potrivită în care să poată trăi. El ne-a format cu mare grijă, fiind atent la fiecare detaliu din comportamentul nostru, la talentul și abilitățile noastre, la culoarea părului și ochilor noștri, la nuanța pielii noastre, la înălțimea noastră și la fiecare alt detaliu ce ține de făptura noastră. Vestea bună este că nu suntem o greșeală.

Fiindcă eu am vocea destul de groasă pentru o femeie, nu prea mi-a plăcut niciodată. În glumă, spuneam: „Cred că nu am stat la coada care trebuia atunci când Dumnezeu a împărțit vocile." Însă, desigur că acest lucru nu e adevărat, deci nici tu nu ai stat la coada care nu trebuia. Chiar dacă sunt anumite lucruri la tine care nu-ți plac, lui Dumnezeu Îi plac, și-ți recomand să te împaci cu fiecare aspect al modului în care ai fost creată. În loc să

Nu ești o greșeală, ci ești creația uimitoare a lui Dumnezeu!

fii nefericită, dorindu-ți ceea ce nu ai, ia decizia de a te accepta și de a face ce poți mai bine cu ceea ce ai.

Psalmul 139 este un capitol minunat din Biblie care ne spune cu câtă grijă ne-a format Dumnezeu. El te-a format cu propriile-I mâini, în pântecul mamei tale și ești o creație minunată. Te rog să citești și să studiezi cu atenție Psalmul 139. Gândește-te la tot ce scrie acolo și mulțumește-I lui Dumnezeu că te-a creat. Nu ești o greșeală, ci ești creația uimitoare a lui Dumnezeu!

Purtând roade bune

Isus este vița, iar noi suntem mlădițele ce cresc din El. Noi trebuie să dăm roade bune, să trăim cu evlavie, să îi iubim pe ceilalți oameni, să fim buni și smeriți. Trebuie să fim pașnici, bucuroși și răbdători. Trebuie să folosim abilitățile pe care ni le-a dat Dumnezeu pentru a-L sluji pe El și a ajuta oamenii.

Dumnezeu nu ne-ar cere să facem ceva dacă nu am avea capacitatea să o facem. Ar fi teribil de frustrant să simțim că avem ceva de făcut, dar să nu avem ce ne trebuie pentru asta. Dumnezeu a depus în noi tot ceea ce așteaptă El ca noi să producem în viețile noastre. El pune totul în noi, iar noi exteriorizăm ce am primit. De exemplu, mai întâi El ne iubește pe noi, astfel că avem capacitatea de a-i iubi pe alții (1 Ioan 4:19). Isus ne-a dat pacea Sa (Ioan 14:27) ca să putem fi pașnici în fiecare situație cu care ne întâlnim în viață.

Dacă trăim, locuim și rămânem în El, permițându-I Cuvântului Său (Isus) să trăiască, locuiască și să rămână în noi, Cuvântul lui Dumnezeu ne promite că vom da multe roade bune (Ioan 15:5). Când devenim creștini, nu începe o călătorie de schimbare a comportamentului, ci una în care învățăm cum să trăim cu Isus. A trăi, a locui și a rămâne în El înseamnă pur și simplu să Îi fim aproape, să ne bazăm pe El, să ne încredem în El, să învățăm Cuvântul Său și să vorbim mereu cu El despre absolut orice. De

la El primim toate lucrurile bune, iar asta presupune și ca noi să avem un comportament pe măsură. Dacă înveți să trăiești din interior spre exterior, atunci vei începe să te comporți tot mai mult asemenea lui Isus. Gândește-te mai mult la cine ești în Hristos, în loc să te chinui să-ți schimbi comportamentul.

Desigur că toți vrem și trebuie să vedem anumite schimbări la propria persoană. Oameni fiind, avem defecte, iar unii au deprins niște obiceiuri foarte rele de la lume. Acum învățăm un nou mod de viață, așa că schimbarea ar trebui să fie de dorit. Însă e foarte important să învățăm cum să ne schimbăm, sau să fim schimbați, altfel, ne vom petrece toată viața plini de frustrare și simțind că am eșuat.

Ne putem schimba oarecum comportamentul prin disciplină și autocontrol, dar nu ne putem schimba firea, ci numai Dumnezeu o poate face și chiar a făcut-o. Noi trebuie numai să credem și să învățăm să ne folosim de ceea ce El a pus în noi, în loc să „încercăm" să fim „buni creștini". Ai încredere că Dumnezeu va schimba în tine tot ce trebuie schimbat. Continuă să aspiri spre perfecțiune, asemenea apostolului Pavel. Mai presus de orice, ai încredere că harul Domnului va lucra în tine neîncetat, permițându-ți să fii cum vrea El să fii. Asta deoarece, fără El, nu poți face nimic (Ioan 15:5).

Tot ce vom avea nevoie vreodată eu sau tu se află deja în noi – în Hristos. Noi suntem puternici *în El* și putem face totul *prin El*, Cel care ne întărește (Filipeni 4:13).

CAPITOLUL 14:

AI TOT CE ÎȚI TREBUIE

Pot totul [tot ce m-a chemat El să fac] în Hristos, care mă întărește [pentru a-I împlini scopul – sunt încrezător în încrederea dată de Hristos; sunt pregătit de orice prin El, Cel care îmi conferă putere interioară și o pace dătătoare de încredere].

Filipeni 4:13

Fiindcă Dumnezeu trăiește în noi, chiar putem face tot ce trebuie să facem, dar adesea suntem înfrânți de propria gândire greșită. Dumnezeu spune că putem, dar dacă credem și spunem că nu putem, atunci nu vom putea. Acest capitol e menit să îți reamintească doar cât de puternică ești *în Hristos*. Să nu uiți nicicând că ceea ce crezi va deveni realitatea ta. Indiferent câte lucruri minunate a făcut Isus pentru noi sau a pus în noi, acestea nu ne vor ajuta dacă noi nu credem cu putere că ne aparțin. Să ne amintim mereu că diavolul e un mincinos, iar dacă noi credem minciunile sale, atunci vom fi amăgiți și noi, cum a fost amăgită Eva la începutul timpului. Contează enorm să învățăm să credem și să ne bazăm pe Cuvântul lui Dumnezeu mai mult decât ceea ce credem sau simțim noi, căci numai așa vom trăi victorioși, și nu învinși.

Asemenea multora dintre voi, și eu mă întâlnesc adesea cu provocări, iar primul meu gând e deseori: *Nu pot face asta.* Însă, următorul meu gând e: *Pot face tot ce trebuie să fac prin Hristos.* Asta nu înseamnă că tot ce trebuie să fac devine mult mai ușor dacă cred că o pot face, dar face ca acest lucru să devină posibil. În Cuvântul lui Dumnezeu ni se spune să nu cădem de oboseală în

sufletele noastre (Evrei 12:3). Nu ar trebui să credem că nu putem face ceea ce ne cere Dumnezeu. Gândurile noastre ne influențează comportamentul, așa că dacă credem că nu putem face un lucru, devenim slabi, ajungând chiar să nu-l putem face.

Ești mai puternică decât crezi. Poți face tot ce trebuie să faci în viață *prin Hristos*, iar Cuvântul lui Dumnezeu spune că ești mai mult decât biruitoare prin El, Cel care te iubește (Romani 8:37). După cum observi, spune „prin El" și nu datorită propriei puteri. Trebuie să fim hotărâți și să refuzăm să ne dăm bătuți, dar chiar și cea mai mare hotărâre se va risipi dacă nu ne bazăm mereu pe puterea lui Dumnezeu care este în noi.

Ce înseamnă să fii „mai mult decât biruitor?" Cred că înseamnă că putem trăi cu încrederea că vom câștiga fiecare bătălie chiar dinainte ca aceasta să înceapă. Nu trebuie să așteptăm să vedem cât e de mare problema înainte de a decide cum se va termina totul. Multe lucruri sunt imposibile pentru noi, dar, pentru Dumnezeu, *nimic* nu e imposibil!

Când sunt foarte obosită, recuperându-mă după vreo viroză, și mă uit la un program de călătorie aglomerat și la câteva întâlniri programate care nu vor fi deloc prea încântătoare, mă comport la fel ca oricine, căci sunt tentată să gândesc și să spun: „Pur și simplu nu pot face asta." Însă, pe măsură ce aplic și în viața mea aceste principii despre care îți vorbesc, ele funcționează de fiecare dată. Astfel, reușesc să fac tot ce trebuie să fac, dar prin Hristos. Chiar dacă nu sunt prea încântată de tot ce am de făcut, tot o fac – și sunt victorioasă!

> Dacă Dumnezeu este pentru noi, cine va fi împotriva noastră? [Cine ni se poate împotrivi dacă Dumnezeu este de partea noastră?]
>
> Totuși în toate aceste lucruri noi suntem mai mult decât biruitori, prin Acela care ne-a iubit (Romani 8:31, 37)

Nu ești slabă – ești puternică!

Diavolului îi place să ne facă să credem că suntem slabi și incapabili, dar adevărul este că dispunem de toată puterea lui Dumnezeu. Chiar dacă firea noastră e slabă, tăria Lui se dovedește a fi cea mai eficientă tocmai prin slăbiciunea noastră, atunci când ne bazăm pe El.

Pavel se confrunta cu o problemă majoră în viața sa, referindu-se la aceasta ca fiind „un țepuș în carne" (2 Corinteni 12:7). Cu toții ne confruntăm cu așa ceva din când în când: e vorba de o persoană sau un lucru de care nu mai scăpăm și care fie ne provoacă durere, fie e greu de suportat, fie ambele. Pavel L-a implorat pe Dumnezeu să îndepărteze această problemă de la el, dar, în schimb, Dumnezeu i-a spus că El îi va da puterea necesară ca să îndure totul.

> De trei ori am rugat pe Domnul să mi-l ia.
>
> Și El mi-a zis: „Harul Meu [favoarea Mea, bunătatea și îndurarea Mea] îți este de ajuns [îți e suficient împotriva oricărui pericol și te va ajuta să înduri problema ca un bărbat adevărat], căci puterea Mea în slăbiciune [a ta] este făcută desăvârșită [completă și perfectă]." (2 Corinteni 12:8-9)

Dacă Dumnezeu ar înlătura orice greutate din viețile noastre, atunci nu am mai avea nevoie de El deloc în viața noastră de zi cu zi. El lasă câte o mică parte de slăbiciune în fiecare dintre noi tocmai pentru a putea să se manifeste cu putere. El vrea să avem nevoie de El. El vrea să Îl căutăm. El vrea ca noi să credem că putem face tot ce trebuie să facem prin El.

Cu toate că mama mea credea în Dumnezeu, nu știa cum să se bazeze pe El ca să o întărească. Ea nu a înfruntat situația de acasă cu tatăl meu, permițând ca incestul să continue deoarece credea

că nu poate să aibă singură grijă de mine și de fratele meu. Ea nu era deloc o femeie puternică deoarece se considera slabă și incapabilă. Dacă te consideri slab, atunci le vei permite oamenilor să se poarte urât cu tine și mereu vei privi viața din umbră și nu o vei trăi cu adevărat. Nu putem trăi viața minunată pentru care Isus a murit ca noi să o avem dacă nu credem că suntem puternici în El.

Aceia dintre noi care avem nevoie de vindecare pentru un suflet rănit, sau avem nevoie de recuperare după niște lucruri îngrozitoare prin care am trecut, trebuie să credem că suntem puternici și nu slabi. Pe durata călătoriei tale spre vindecare, vor fi multe dăți când vei fi tentată să crezi că nu ai puterea necesară pentru a putea înfrunta anumite situații și ai dreptate. Când ești pe cont propriu, ești prea slabă, nu ești destul de puternică să o faci, dar Dumnezeu nu e deloc slab. El este puternic. Dacă te bazezi pe puterea Lui, vei putea trece prin orice, dar numai dacă nu te clatini sau nu slăbești și te dai bătută. Și mama mea ar fi putut avea o viață bună, așa cum am fi putut avea și eu și fratele meu, dacă ar fi crezut în acest adevăr foarte important.

Psalmistul David a spus: „Îmi plânge sufletul de durere: ridică-mă, după Cuvântul Tău!" (Psalmii 119:28) Isaia a spus: „El dă tărie celui obosit și mărește puterea celui ce cade în leșin." (Isaia 40:29) Și „dar cei ce se încred în Domnul își înnoiesc puterea; ei zboară ca vulturii; aleargă, și nu obosesc, umblă, și nu ostenesc." (Isaia 40:31)

Pavel a spus: „Încolo, fraților, întăriți-vă în Domnul și în puterea tăriei Lui." (Efeseni 6:10) Psalmii conțin numeroase versete care spun în mod repetat: „Dumnezeu e tăria mea." Unul dintre preferatele mele este: „Dar Tu, Doamne, nu Te depărta! Tu, Tăria mea, vino degrabă în ajutorul meu!" (Psalmii 22:19)

Când ne simțim slabi – căci așa ne simțim cam tot timpul – ar trebui să apelăm imediat la Scriptură și să ne întărim din Cuvântul lui Dumnezeu. Este chiar mai bine dacă am studiat Biblia destul

de mult încât am memorat versete care să ne ajute oricând, fără a fi măcar nevoie să căutăm versetele în Biblie. Dacă ne însușim Cuvântul lui Dumnezeu, atunci Duhul Sfânt ni-l va trimite în ajutor exact atunci când avem nevoie. El ni-l reamintește (Ioan 14:26).

Te confrunți cumva acum cu ceva în viața ta ce pare să te copleșească? Te-ai gândit că pur și simplu nu poți să o faci, sau că situația te depășește? Dacă da, lasă aceste versete să te învețe cum să gândești așa cum vrea Dumnezeu să gândești. Trebuie să crezi că, alături de Hristos, poți face tot ce trebuie să faci în viață.

Putem lupta deoarece Cuvântul lui Dumnezeu este o armă. Fiecare gând slab de genul „nu pot" care ne trece prin minte poate fi alungat dacă medităm la Cuvântul lui Dumnezeu și-l mărturisim. A medita înseamnă a gândi, a contempla, a murmura sau a rosti Cuvântul lui Dumnezeu.

Mai mare este Cel care este în tine

E adevărat că noi suntem slabi și incapabili în multe feluri, dar Dumnezeu, care e Cel măreț, trăiește în noi. Ai tot ce îți trebuie ca să faci ce trebuie să faci! Nu trebuie să te temi în orice situație. Chiar dacă nu știi ce se va întâmpla, sau cât de greu va fi, cât va dura până vei izbândi, sau nu știi nici ce ai de făcut, nu uita că Dumnezeu știe și El trăiește în tine! El te va călăuzi la fiecare pas dacă vei continua să te încrezi în El. Trebuie să învățăm să „avem gândirea lui Dumnezeu." Reamintește-ți în fiecare zi că Dumnezeu trăiește în tine. El îți e aproape mereu și e mereu gata să te ajute.

Gândește-te la promisiunile din Cuvântul lui Dumnezeu referitoare la cine ești tu în El și la ce poți face prin El până când începi să-ți însușești aceste idei. Nu te duce la biserică o dată pe săptămână și poate mai citești și vreun devoțional zilnic timp de vreo cinci minute sau mai puțin, crezând că e suficient ca să te ajute să trăiești o viață în care ești mai mult decât biruitor. Trebuie

să învățăm să ne identificăm cu Hristos tot timpul. Noi am murit odată cu El și am fost înviați odată cu El, iar acum avem o viață nouă, puternică și plină de biruință. Noi suntem locuința Domnului, iar El e locuința noastră. Ai tot ce îți trebuie ca să faci tot ce ai de făcut!

Ceea ce crezi tu despre propria persoană este mult mai important decât ce crede oricine altcineva.

Mie nu prea-mi place slăbiciunea. Sunt sigură că asta se datorează și faptului că am văzut pe propria piele ce ne-a făcut slăbiciunea mentală a mamei mele ei însăși, fratelui meu și mie. Dar și pentru că știu cum ar fi fost viața mea dacă nu aș fi învățat să cred că Cel ce este în mine este mai mare decât cel ce este în lume (1 Ioan 4:4). Te rog să te gândești foarte bine la ce părere ai despre tine însăți și despre abilitățile tale. Ceea ce crezi tu despre propria persoană este mult mai important decât ce crede oricine altcineva. Învață să crezi ceea ce spune Dumnezeu despre tine și despre ceea ce poți și nu poți face.

Iată o poveste anonimă de pe PassItOn care mi se pare foarte relevantă!

> Acum câțiva ani, când aveam vreo 10 ani, bunicul meu era pe patul de moarte și ne pregăteam să plecăm de la spital, fără a ști că avea să fie ultima dată când îl mai vedeam. Noi toți (da, toată familia extinsă era înghesuită în micul salon de spital) ne-am dus și l-am îmbrățișat de rămas bun. Când mi-a venit și mie rândul, m-am aplecat ca să-l îmbrățișez, iar atunci el mi-a șoptit la ureche: „Vei fi un om mare." Speriat de ce putea să i se întâmple, am început să plâng când am plecat de la spital, dar am început să mă gândesc la ceea ce spusese.
>
> Acele cuvinte m-au inspirat până în prezent, făcându-mă să dau tot ce pot ca să fiu omul măreț care credea

> bunicul meu că puteam fi. El mi-a dat puterea și curajul să dau tot ce am mai bun și să caut oameni care să mă ajute să fac posibil acest lucru. Abia aștept ca, într-o zi, să-i împlinesc dorința, lucrând undeva în sistemul medical, ajutându-i pe alții așa cum și el m-a ajutat pe mine. Îți mulțumesc, bunicule!

Dacă acest om a fost influențat în mod pozitiv într-o asemenea măsură de cele spuse de bunicul lui, oare cât de mult l-ar putea influența ce spune Dumnezeu? Când aveam vreo 9 sau 10 ani, țin minte că stăteam în pat și mă gândeam: *Într-o zi, voi face ceva important!* Nu aveam niciun motiv să cred așa ceva, ținând cont de ceea ce se întâmpla în viața mea pe atunci, dar acum îmi dau seama că acele gânduri au început să mi se strecoare în minte numai după ce L-am primit pe Hristos ca Mântuitor când aveam 9 ani. Atunci când Isus pătrunde în tine, slăbiciunea dispare.

Acele gânduri despre cum aveam să fac lucruri mărețe au fost efemere. Acestea mi-au ieșit din minte la fel de repede precum au intrat. La acea vârstă fragedă, nu prea știu ce credeam despre posibilitatea de a scăpa vreodată de situația mea dureroasă. Pe atunci, încercam numai să supraviețuiesc. Însă, după ce am început să studiez Cuvântul lui Dumnezeu și mi-am pus încrederea în El și în promisiunile Sale, mi-am amintit acel gând pe care l-am avut în copilărie. Fără Dumnezeu, tot ce fac acum nu ar fi devenit niciodată o realitate, dar, alături de El, orice e posibil – nu numai pentru mine, ci și pentru tine. Nu vrei să decizi chiar azi să crezi asta?

Fie că ai un copil cu nevoi speciale, sau ești un părinte singur, ai grijă de niște părinți vârstnici mai dificili, sau ți-ai pierdut slujba și economiile de pensie la care ai contribuit vreo 20 de ani, vreau să-ți promit că nu ești singur și poți face ce ai de făcut. Ești mai puternic decât crezi!

Dacă ai fost abuzat în moduri inimaginabile, iar sufletul îți e plin de răni ce par a fi niște plăgi deschise, supurânde, să știi că ești mai mult decât un biruitor prin Hristos, care te iubește. Chiar dacă nu simți asta imediat, dacă vei începe să crezi, în cele din urmă, sentimentele tale se vor alinia cu gândurile tale. Te încurajez să nu mai petreci nicio zi măcar simțindu-te deznădăjduită, slabă și incapabilă. Ar trebui să te vezi ca fiind specială, un copil al Domnului bine pregătit, care are tot ce îi trebuie pentru a face tot ce e de făcut.

Ești mai mult decât un simplu supraviețuitor

Adesea, îi auzim pe oameni spunând că au fost victimele abuzului, sau că sunt supraviețuitori ai abuzului, dar să știți că sunteți mult mai mult decât atât. Sunteți biruitori!

> Cine este cel ce a biruit lumea dacă nu cel ce crede că Isus este Fiul lui Dumnezeu? (1 Ioan 5:5)

Cred că, atât timp cât ne considerăm victime, vom continua să ne simțim victime și nu vom scăpa de resentimentele față de trecut. Însă, în Hristos, trecutul nostru nu trebuie să ne decidă viitorul.

La fel, cred că, dacă ne considerăm a fi doar niște supraviețuitori, tot vom crede că suntem niște oameni care au trecut cu greu printr-o tragedie și nu niște oameni care sunt puternici și sunt niște biruitori. Niciodată nu mă refer la mine ca fiind o victimă a incestului sau o supraviețuitoare a acestuia. Sunt o făptură nouă în Hristos și la fel ești și tu dacă crezi în Isus.

E foarte important modul în care ne vedem și ceea ce credem. Există o poveste despre un tânăr care își pierduse slujba și toți banii. El stătea pe o bancă din parc, simțindu-se deprimat și deznădăjduit, când un domn în vârstă l-a observat și l-a întrebat de ce era atât de trist. Tânărul și-a spus povestea și, imediat, domnul în vârstă și-a scos carnetul de cecuri, i-a scris un cec și a spus: „Te

voi vizita exact în același loc peste fix un an și, până atunci, vei fi reușit să strângi destui bani ca să mi-i dai înapoi." Când tânărul a privit cecul, a văzut că era unul de jumătate de milion de dolari, fiind semnat cu numele John Rockefeller, care, pe atunci, era unul dintre cei mai bogați oameni din lume.

Tânărul din parc a pus cecul într-un seif și, cu toate că nu l-a încasat, i-a dat încrederea necesară să creadă că nu trebuia să se teamă să o ia de la capăt. El a început să facă afaceri iar și a început să câștige bani, fiind mereu conștient că avea cecul în seif dacă ar fi avut nevoie.

Anul a trecut și el avea deja destui bani, iar acum era nerăbdător să-i înapoieze cecul omului care-l ajutase. El s-a dus în același parc, s-a așezat pe aceeași bancă și s-a pus să aștepte. Curând, l-a văzut pe domnul în vârstă apropiindu-se, dar acum părea să aibă și o asistentă medicală cu el. Bătrânul nu părea să fie prea receptiv față de tânăr, care ținea în mână cecul, încercând să i-l înapoieze. Asistenta a luat cecul, l-a privit și a spus: „Acesta nu e bun. El e confuz mare parte din timp. Adesea crede că e Rockefeller, dar nu e."

Tânărul reușise deoarece crezuse că avea tot ce îi trebuia la bancă, putând face o retragere de numerar oricând. Însă ceea ce avea nu era deloc ceva real, dar gândul că era l-a ajutat să treacă peste pierderea suferită.

Ceea ce avem noi e cu mult mai mult. Am putea spune că noi avem ceva la bancă, deoarece Isus trăiește în noi, așa că putem trăi fără teamă și putem face lucruri măreț deoarece putem face „retrageri" ori de câte ori avem nevoie de ceva. Dacă ai nevoie de ajutor, poți face o retragere. Dacă ai nevoie de pace, poți face o retragere. Dacă ai nevoie de înțelepciune, putere sau creativitate, fă o retragere. Niciodată nu poți face prea multe retrageri deoarece ceea ce ai în Isus nu are limite. El e mereu mai mult decât suficient pentru orice nevoie am avea.

În încheierea acestui capitol, vreau să spun următorul lucru: poți face tot ce trebuie să faci prin Hristos, care e puterea ta. Nu ești slabă, ci ești puternică. Ești mai mult decât biruitoare prin Isus. Ești o învingătoare!

CAPITOLUL 15:

PIEDICI ÎN CALEA VINDECĂRII

Și El zice: „Croiți, croiți drum, pregătiți calea, luați orice piedică din calea poporului Meu!”

Isaia 57:14

Când suntem răniți, nu numai că trebuie să ne dorim să fim vindecați, dar trebuie și să fim dispuși și pregătiți să fim brutal de sinceri cu noi înșine. Adevărul ne eliberează (Ioan 8:32), dar nu e mereu ușor să înfruntăm adevărul. Găsim numeroase moduri de a ne ascunde de adevăr, iar acestea devin piedici și blocaje în calea vindecării noastre.

Nu eu eram cauza rănilor mele, și chiar voiam să fiu vindecată, dar, în cele din urmă, a trebuit să înțeleg că, chiar dacă îmi doream vindecarea, nu mă ocupasem de piedicile care trebuiau înlăturate.

Când Isus a întâlnit un om care avea mare nevoie de vindecarea unor răni pe care le avea de 38 de ani, El l-a întrebat dacă își dorea cu adevărat să fie vindecat (Ioan 5:6). Aceasta pare a fi o întrebare ciudată, lipsită de compasiune, dar nu e deloc așa. Nu trebuie să depui efort deloc ca să îți dorești ceva, dar, pentru a obține ce-ți dorești, adesea e nevoie să depășești numeroase obstacole care stau în calea victoriei. Nimic din tot ce merită să ai nu se obține ușor, fără efort și hotărâre; prin urmare, dacă ești un suflet rănit ce are nevoie de vindecare, trebuie să te întreb dacă vrei cu adevărat să te vindeci.

Mă rog să fi răspuns pozitiv și să fii sinceră, căci, oricât de lungă sau de dureroasă ar fi călătoria ta spre vindecare, bucuria de a fi apoi liberă cu adevărat merită tot efortul. La un moment

dat, fiecare persoană ce are sufletul rănit trebuie să aleagă între a rămâne devastată și a fi vindecată și reîntregită.

Pentru simplul motiv că cineva te-a aruncat în brațele disperării nu înseamnă că trebuie să și rămâi acolo tot restul vieții. Dumnezeu e pregătit să te ajute. Tu ești pregătită să te vindeci?

> M-a scos din groapa pieirii [un puț al tumultului și al distrugerii], din fundul mocirlei [al sudorii și mâlului]; mi-a pus picioarele pe stâncă și mi-a întărit pașii. (Psalmii 40:2)

Dumnezeu ne promite că ne va ajuta, dar noi suntem partenerii Lui în procesul nostru de vindecare și va trebui să ne facem și noi partea. Dumnezeu nu ne scapă întotdeauna în mod magic de lucrurile care ne stau în cale, dar El ne dă întotdeauna abilitatea și puterea de a le înfrunta dacă suntem dispuși să o facem.

Piedica evitării

Prima piedică pe care trebuie să o depășim este cea a evitării, care înseamnă evitarea sau ignorarea realității, în speranța că, dacă ne ignorăm problemele destul de mult timp, acestea vor dispărea pur și simplu. Când am plecat de acasă la 18 ani, credeam că mi-am lăsat toate problemele în urmă. La urma urmei, tatăl meu nu mă mai putea abuza din moment ce nu mai locuiam în casa lui, nu? De fapt, nu e deloc așa. Cu toate că e adevărat că nu mă mai putea abuza sexual sau emoțional, efectele acțiunilor sale au continuat să mă chinuie atât timp cât mi-am ținut durerea ascunsă, refuzând să înfrunt efectele situației prin care trecusem. Poate ați auzit spunându-se că secretele pe care le avem ne îmbolnăvesc, iar acest lucru e cât se poate de adevărat în cazul meu. Am plecat de acasă și m-am măritat imediat cu primul tânăr care a fost interesat de mine și de teama că nimeni nu mă va mai iubi vreodată. Însă acea relație s-a transformat în alți cinci ani de abuz emoțional.

După ce am divorțat de el, l-am cunoscut și m-am căsătorit cu Dave Meyer, care chiar m-a iubit cu adevărat, dar eu eram atât de rănită încât i-am spulberat orice efort pe care-l făcea ca să-mi arate că mă iubește. Eram suspicioasă față de bărbați în general, mă răzvrăteam împotriva oricărei forme de autoritate masculină și nesigură, iar asta mă făcea să simt mereu nevoia ca ceilalți să-mi arate că sunt acceptată și apreciată. Când oamenii nu mă făceau să mă simt așa cum voiam eu, deveneam nervoasă și dădeam imediat vina pe oricine nu făcea ce voiam eu. Acesta e numai începutul problemelor pe care le aveam cu privire la personalitatea mea, care mă împiedicau să am relații pline de iubire. Aveam secrete ascunse adânc în suflet, care nu se puteau vindeca, deoarece eu refuzam să îmi înfrunt problemele. Ignorarea unei probleme nu o face să dispară.

Ignorarea unei probleme nu o face să dispară.

Am crezut că atunci când am fugit de problemele mele, cum ar fi să plec din casa tatălui meu sau să divorțez de primul meu soț, puteam reprima amintirile legate de cele întâmplate și să-mi văd mai departe de viață, dar durerea pe care o îngropăm de vie nu moare niciodată. Aceasta continuă să ne rănească până când Îl lăsăm pe Dumnezeu să ne ajute să o scoatem la suprafață și să o înfruntăm. La vreo cinci ani după ce m-am căsătorit cu Dave, ne-am dus la un seminar de la biserica noastră, la care cea care ținea seminarul ne-a mărturisit că tatăl ei o abuzase sexual. Dacă aș fi știut că acesta avea să fie subiectul discutat, mă îndoiesc că aș fi participat. Însă, fiindcă nu știusem, mă aflam acolo, auzind lucruri care mi-au adus propria suferință la suprafață.

Eu îi spusesem deja lui Dave că tatăl meu mă abuzase sexual, dar nu îi povestisem într-un mod care să mă ajute să mă vindec. I-am povestit trecutul meu mai mult ca să îmi scuz comportamentul de atunci. Aveam o atitudine de genul: *Mă comport așa deoarece am fost abuzată.* Dave voia ca eu să primesc ajutorul de care aveam

nevoie, așa că mi-a cumpărat o carte scrisă de acea femeie. A doua zi, am deschis-o și, după ce am citit vreo două sau trei pagini, am aruncat-o în celălalt colț al camerei și am spus răstit (fiindcă nu eram acasă decât eu): „Nu am de gând să o citesc!"

Citind câteva dintre detaliile intime despre ce îi făcuse tatăl ei, a adus la suprafață sentimente și o durere pe care le îngropasem și încercasem să le uit, dar, în mod clar, erau cât se poate de vii în sufletul meu. De câte ori se întâmpla câte ceva ce le readucea la suprafață, eu le reprimam iar, încercând să-mi văd de viață și ignorând piedicile care trebuiau înlăturate pentru ca să pot avea o viață de care să mă pot bucura cu adevărat. De nenumărate ori am evitat cu succes să îmi rezolv adevărata cauză a problemelor mele, iar acestea reapăreau mereu, iar eu eram nefericită în continuare.

De data aceasta era altfel

Mi-am dat seama destul de rapid că, de data aceasta, era altfel și că nu mă mai ajuta deloc faptul că încercam să ignor trecutul. Îl rugasem pe Dumnezeu să se implice în viața mea și să mă ajute să fiu persoana care voia El să fiu. Însă nu mi-am dat seama că asta însemna că trebuia să înfrunt trecutul în loc să continui să fug și să mă ascund de el. Atunci am auzit două cuvinte rostite blând, dar ferm, în duhul meu. Dumnezeu mi-a spus doar: „E timpul!" Nu am avut nevoie să-mi explice la ce se referea fiindcă am știut imediat că-mi spunea că trebuie să-mi înfrunt trecutul pentru a putea merge mai departe. Era timpul să înlătur prima piedică.

Fugim de problemele noastre în diferite moduri. Când Iona nu a vrut să facă ce-i cerea Dumnezeu, el a fugit pur și simplu în direcția opusă față de locul unde i se spusese să se ducă. Iona s-a trezit prins în niște situații foarte grele, până când, în cele din urmă, a făcut ce i-a cerut Dumnezeu (Iona 1-3). Dacă aș fi ales să ignor cele două cuvinte pe care Dumnezeu mi le rostise atunci în inimă, aș fi și acum în groapa deznădejdii, scufundată în

amărăciune. Din fericire, am decis să Îl ascult pe Dumnezeu și nu sentimentele mele și așa a început călătoria mea spre vindecare.

Dacă ai fugit de trecutul tău și vrei ca sufletul să-ți fie vindecat, să știi că Dumnezeu mi-a spus: „E timpul! E timpul să înveți să comunici cu tine însăți sincer și să încetezi să mai dai vina pe trecut pentru problemele tale actuale." Cu siguranță că trecutul nostru ar putea fi motivul pentru care ne purtăm în mod neplăcut, dar nu ar trebui să facem din asta o scuză pentru a rămâne în starea actuală. Sentimentele ascunse au propria energie. Acestea sunt vii și ne afectează în mod constant în diferite moduri până când le înfruntăm. Oricât de adânc le-am fi îngropat în sufletul nostru, ele tot se vor manifesta cumva mai devreme sau mai târziu. Ele nu vor dispărea niciodată pur și simplu. Trebuie înfruntate.

Trecutul nostru nu ar trebui să devina o scuză pentru a rămâne în starea actuală.

Acceptarea realității

O persoană rănită poate irosi ani întregi din viață, iar unii îți irosesc chiar toată viața, încercând să primească ceva de la cineva care, pur și simplu, nu știe cum să ofere. Eu mi-am dorit niște părinți care să mă iubească cu adevărat, dar a trebuit să accept realitatea faptului că și ei aveau probleme și nu știau cum să mă iubească. Într-o zi, m-am privit într-o oglindă și mi-am spus: „Părinții mei nu mă vor iubi niciodată așa cum vreau eu." Țin minte că, în timp ce mă îndepărtam de oglindă, m-am simțit oarecum liberă. Simplul fapt că am acceptat realitatea și am decis că nu mă voi mai lăsa dezamăgită, dorindu-mi ca părinții mei să fie niște părinți normali și iubitori, mi-a eliberat sufletul. Poate credeți că acceptarea acestui fapt ar putea fi dureroasă, dar pe mine chiar m-a ajutat. Nimic nu e mai frustrant decât să încerci să obții ceva de la cineva care nu are acel lucru sau nu ți-l va oferi niciodată.

Era timpul să cred în promisiunea făcută de Dumnezeu că, chiar dacă părinții mei mă părăsiseră, El avea să mă adopte ca și copil al Său (Psalmii 27:10). Chiar dacă Dumnezeu nu îți dă exact lucrul pe care îl vrei, îți va da ceva și mai bun dacă ai încredere în El. Dumnezeu nu-i putea face pe părinții mei să mă iubească, deoarece El ne dă fiecăruia liber arbitru, dar, dacă eram dispusă să accept adevărul despre ei și durerea pe care mi-o provocaseră, dar fără a păstra amărăciune din această cauză, atunci El avea să mă iubească și să mă primească la El. El avea să fie Tatăl meu, Mama mea, Sora mea, Fratele meu, Prietenul meu și orice altceva aș mai fi avut nevoie vreodată. El vrea să facă același lucru și pentru tine.

Înfruntarea trecutului nu presupune faptul că va trebui să ne preocupe numai acesta, căci acest lucru poate fi foarte nociv. Dumnezeu vrea ca noi să înfruntăm trecutul, iar apoi să mergem mai departe. Când Dumnezeu îți pune anumite lucruri pe inimă și îți spune că a sosit timpul să rezolvi ceva, atunci nu mai amâna! Roagă-te pentru asta, iartă pe oricine trebuie să ierți, iar apoi lasă totul în urmă și mergi mai departe. Poate că va fi o decizie pe care va trebui să o reînnoiești frecvent, dar, de fiecare dată când o faci, te vei simți tot mai eliberată de durerea provocată de trecut.

Din fericire, Domnul nostru nu ne copleșește arătându-ne constant tot ce trebuie să înfruntăm. El este un Sfătuitor uimitor care este blând și milostiv, oferindu-ne mereu harul (puterea și capacitatea) de a face tot ce ne cere.

E dureros să accepți adevărul și tocmai de aceea, mulți dintre noi evită să o facă, dar e și mai dureros să nu-l accepți. Eu spun adesea că avem de ales între două feluri de durere: durerea de a merge mai departe, sau durerea de a rămâne acolo unde suntem. Chiar dacă e dureros să accepți adevărul și să mergi mai departe, cel

Sunt două feluri de durere: durerea de a merge mai departe, sau durerea de a rămâne acolo unde suntem.

puțin e un fel de durere care ne permite să progresăm, iar asta e mult mai bine decât o durere neîncetată.

Oricât de greu ar fi să accepți adevărul cu privire la ceea ce ți-au făcut ceilalți, uneori este mult mai greu să acceptăm adevărul cu privire la ceva greșit ce ai făcut tu însăți. Acest lucru e adevărat mai ales în anumite cazuri. De exemplu, una e să accepți adevărul că persoana cu care ai fost căsătorit ți-a fost infidelă și te-a respins, dar poate fi chiar mai greu dacă adevărul este că tu ai fost infidel și ți-ai distrus căsnicia.

Cum ar fi dacă cineva ar fi la închisoare pentru crimă, iar acum încearcă să aibă o relație cu Dumnezeu, să se vindece de trecut, chiar dacă, mai mult ca sigur că își va petrece restul vieții în închisoare? E posibil oare ca această persoană să fie liberă? Da, o persoană poate fi liberă în duh și spirit, chiar dacă își petrece viața de zi cu zi în închisoare. De fapt, am văzut bărbați și femei în închisoare care sunt mai liberi decât alți cunoscuți care trăiesc în sânul societății. Adevărata libertate se află *în noi*, nu în jurul nostru.

Nu ar trebui să ne temem să acceptăm adevărul cu privire la păcatul pe care l-am comis, cerându-le lui Dumnezeu și oamenilor pe care i-am rănit să ne ierte. Dacă facem asta, nu vom mai fi împovărați de vină și condamnare, ci ne vom elibera. Când realizăm cât de mult ne-a iertat Dumnezeu și cât de măreață e îndurarea Sa, ne apropiem mai mult de El. Cu adevărat, harul Său e uimitor!

Tatăl meu s-a căit pentru viața lui păcătoasă și L-a primit pe Isus în inima sa când avea 83 de ani și, în ciuda tuturor lucrurilor îngrozitoare pe care ni le-a făcut mie și multor altor oameni, pot spune că știu sigur că Dumnezeu l-a iertat pe deplin.

Psalmistul David, un om care era foarte apropiat de Dumnezeu, a comis adulter și crimă, iar timp de un an apoi a fugit de acțiunile sale, ignorând faptele comise și consecințele acestora. În cele din urmă, după ce a fost cercetat de profetul Natan, David s-a căit

sincer (2 Samuel 12). O parte din căință o reprezintă acceptarea și recunoașterea cu sinceritate a acțiunilor noastre și modul în care acestea i-au afectat pe toți cei implicați.

David a recunoscut că, înainte de a mărturisi (a accepta adevărul), s-a simțit ca și cum oasele i s-ar fi împrăștiat, el gemând zi și noapte. Acesta pare a fi un om cu sufletul plin de suferință. David era regele; el putea face tot ce voia și putea merge oriunde voia, dar totuși, el nu a fost liber până când nu a acceptat adevărul și și-a asumat responsabilitatea pentru acțiunile sale (Psalmii 32:3-4). Însă, după ce a mărturisit, acceptând adevărul cu privire la tot ce făcuse, Dumnezeu l-a iertat imediat, scăpând astfel de păcat și vină (Psalmii 32:5).

David I-a cerut îndurare lui Dumnezeu, spunând că era conștient de greșelile sale. El nu mai fugea și nici nu se mai ascundea (Psalmii 51:1-3). El a spus că Dumnezeu vrea ca ființa noastră interioară să fie plină de adevăr (Psalmii 51:6). Acceptarea adevărului, fie că e vorba de cel legat de ceva ce ni s-a făcut nouă, sau de ceva ce am făcut noi altcuiva sau împotriva lui Dumnezeu, aceasta e cheia vindecării sufletului și a eliberării de trecut.

Putem fi iertați pentru absolut orice. Pentru Dumnezeu, niciun păcat nu e prea greu de iertat.

> Unde s-a înmulțit păcatul, acolo harul [favoarea nemeritată a Domnului] s-a înmulțit și mai mult. (Romani 5:20)

Harul Domnului, adică favoarea Lui nemeritată, e mai măreț decât orice păcat pe care noi sau oricine altcineva l-ar putea înfăptui.

Piedica învinovățirii

Piedica învinovățirii celorlalți pentru nefericirea și problemele mele a fost una majoră pentru mine. Învinovățirea e nu mod

de a fugi de realitate. Atât timp cât dăm vina pe oricine sau pe orice pentru propriul nostru comportament greșit, nu vom scăpa niciodată de acesta. Trebuie să ne asumăm responsabilitatea pentru propriul comportament. Acceptă și asumă-ți responsabilitatea pentru ca Dumnezeu să te poată elibera de acesta.

Eu mă enervam de fiecare dată când nu se făcea cum voiam eu și dădeam vina pe alții, crezând că, dacă ceilalți ar fi făcut ce voiam eu să facă, atunci nu m-aș mai fi enervat. Acum, când mă gândesc la asta, îmi dau seama ce stupidă eram, dar, pe atunci, acesta era un mecanism pe care îl creasem pentru a mă ajuta să fug de problemele mele.

Acest joc al învinovățirii a început încă din grădina Eden (Geneza 3) și de atunci nu a mai încetat. Poate fi foarte interesant să începem să observăm cât de des noi, dar și alții, evităm să ne asumăm responsabilitatea pentru greșelile și comportamentul nostru folosind învinovățirea.

Dacă alunec în întuneric pe un covor, e posibil să dau vina pe Dave că nu a lăsat becurile aprinse. Dacă Dave e cât pe ce să se lovească de cineva care iese cu spatele dintr-o parcare, mereu e celălalt de vină fiindcă nu e atent la ceea ce face. Iată că e o listă continuă cu lucruri pentru care îi învinovățim pe ceilalți și, în majoritatea timpului, o facem fără a ne da seama ce facem. A învinovăți rapid devine o scuză pentru noi, ca oameni, ca să nu ne asumăm responsabilitatea pentru propriile acțiuni.

Lucruri precum a aluneca pe un covor sau a te ciocni cu cineva care iese cu spatele dintr-o parcare sunt niște exemple minore și, chiar dacă nu ne provoacă probleme majore în viețile noastre, tot ne împiedică să acceptăm adevărul cu privire la comportamentul nostru. Majoritatea dintre noi avem probleme mai mari decât covoarele și parcările pe care trebuie să le înfruntăm, așa că haideți să decidem cu toții să acceptăm adevărul și să ne bucurăm

de libertatea pe care ne-o dă Dumnezeu în schimb! Spuneți doar: „A fost numai vina mea și îmi pare rău pentru ce am făcut." Acest lucru ne va elibera și ne va îmbogăți relațiile.

Piedica scuzelor

A căuta scuze pentru comportamentul nostru greșit e o piedică majoră în calea progresului nostru, piedică ce trebuie înlăturată din cale. Am auzit mai demult că scuzele sunt doar motive învelite în minciuni. Altfel spus, scuzele noastre ne scuză comportamentul ca urmare a faptului că ne mințim singuri cu privire la ce am făcut sau de ce am făcut-o. George Washington Carver a spus: „Cam 99% dintre eșecuri sunt de la oameni care au obiceiul să caute scuze."[21]

Sunt sigură că ai auzit expresia *E o scuză goală.* Exact așa sunt scuzele noastre. Ele nu conțin nicio urmă de adevăr și nu au nicio valoare în fața lui Dumnezeu. Vom fi liberi cu adevărat numai dacă învățăm să spunem: „Îmi pare rău. Comportamentul meu nu are nicio scuză." Când putem spune acest lucru cu sinceritate, putem fi liberi și așa și cei pe care i-am rănit ne vor putea ierta.

Scuzele pe care le putem inventa sunt nenumărate, dar nu sunt decât simple moduri de a evita să ne asumăm responsabilitatea pentru acțiunile noastre și, până nu facem asta, nu poate avea loc nici vindecarea.

Învățăm să spunem: „Îmi pare rău. Comportamentul meu nu are nicio scuză."

CAPITOLUL 16:

PIEDICA AUTOCOMPĂTIMIRII

În calitate de creștini, nu ar trebui să ne plângem de milă niciodată. În clipa în care o facem, ne pierdem energia, voința de a lupta și de a trăi și atunci suntem paralizați.

Martyn Lloyd-Jones

Un indian cherokee își învăța nepotul despre o bătălie care se dă în fiecare om. El i-a spus tânărului: „Bătălia se dă între doi lupi. Unul este leneș, laș, înfumurat, arogant și plin de autocompătimire, tristețe, regret, invidie și mânie. Celălalt lup este harnic, curajos, smerit, binevoitor și plin de compasiune, bucurie, empatie și credință." Apoi s-a făcut tăcere.

Nepotul s-a gândit puțin la lupi, iar apoi și-a întrebat bunicul: „Care dintre cei doi lupi învinge?"

Bătrânul indian cherokee a răspuns: „Cel pe care îl hrănești."[22]

Și eu, asemenea unora dintre voi, aveam multe motive să-mi plâng de milă, dar autocompătimirea mea mă împiedica să îmi las sufletul să fie vindecat și să trăiesc cea mai bună viață care-mi era pusă la dispoziție. Pentru mine, era o problemă majoră (cum e pentru mulți alții), așa că vreau să dedic un capitol întreg acestui subiect. Autocompătimirea nu va dispărea de la sine. Trebuie să încetăm să o mai hrănim, deci va trebui să încetăm să mai cedăm în fața ei.

Am învățat că, doar fiindcă dușmanul meu, diavolul, mă tot invita la autocompătimire, nu însemna că și trebuia să dau curs invitației.

El ne poate oferi numeroase motive să o facem, reamintindu-ne de tot ce ne lipsește în viață și ispitindu-ne să ne comparăm cu alți oameni care par a o duce mai bine în viață decât noi.

Sper ca, citind și meditând la cele scrise în acest capitol, să iei decizia de a nu mai irosi nicio clipă autocompătimindu-te, ca să nu mai vorbim de o zi întreagă, sau chiar mai multe zile la rând. Eu am pierdut mult prea multe zile plângându-mi de milă. Sunt zile pe care nu le mai pot recupera, căci, după ce o zi trece, nu ne mai putem întoarce înapoi în timp ca să o luăm de la capăt. Însă putem învăța din propriile greșeli și, pe viitor, să luăm decizii mai bune.

Te-a ajutat vreodată autocompătimirea?

Adevărul este că autocompătimirea nu m-a ajutat deloc niciodată. Nu m-a ajutat să schimb nimic și nici să progresez. Aceasta nu i-a schimbat pe cei din jurul meu, despre mulți dintre ei crezând că erau cauza sentimentelor mele pline de autocompătimire. Aceasta m-a stors de energie, mi-a furat orice strop de speranță aș fi avut de a mă bucura de ceva și nu Îl lăsa nici pe Dumnezeu să mă ajute. Autocompătimirea ne face să ne simțim deznădăjduiți, iar deznădejdea este unul dintre cele mai rele sentimente din lume. Aceasta duce la depresie și ne împiedică să observăm lucrurile bune pe care le avem deja. Autocompătimirea înseamnă că te lauzi cu cât de rea îți e viața. Sună cam așa: „Viața mea e mai rea decât a oricui. Mi-e așa de greu! Nu știu cum poate supraviețui cineva care are o viață atât de rea ca a mea. Nimeni nu înțelege cum mă simt și nimănui nu-i pasă." E timpul să începi să te lauzi cu lucrurile bune și să-I ceri Domnului să se ocupe de cele rele.

Autocompătimirea înseamnă că te lauzi cu cât de rea îți e viața.

Autocompătimirea este un dușman și ar trebui tratată ca atare. Niciodată nu am deschide ușa cu bună știință unui hoț în

casa noastră, chemându-l înăuntru, dar totuși, primim în casa noastră autocompătimirea și alte atitudini distrugătoare care sunt ca niște hoți.

Autocompătimirea apare din lipsa de dorință de a accepta o situație din viața noastră. Adesea, aceasta apare atunci când vrem anumite lucruri, dar nu le putem avea, sau vrem să scăpăm de anumite lucruri, dar nu putem. Aceasta te face să simți că ai fi victima unei situații sau a unei persoane. Aceasta se hrănește cu faptul că te gândești necontenit la provocările, greutățile și problemele tale și cu faptul că îți compari viața cu cea a cuiva care crezi că are o viață mai bună decât a ta. *Nu cumva hrănești lupul care nu trebuie?*

Orice copil al Domnului are semințe de bunătate și o bună purtare în spiritul său. Acesta se poate bucura de viața de zi cu zi și poate fi recunoscător pentru ceea ce are, în loc să fie supărat pentru ceea ce nu are. Noi Îl avem pe Isus, iar în El se găsesc toate lucrurile bune. El este în noi, iar noi suntem în El. În noi se află deja semințele unei vieți uimitoare, dar acestea nu vor rodi dacă vom continua să le împiedicăm să încolțească având o atitudine atât de distrugătoare precum autocompătimirea.

Apostolul Petru a spus că, atunci când ne naștem din nou, primim o nădejde vie (1 Petru 1:3). Altfel spus, niciodată nu suntem lipsiți de speranță, astfel că Dumnezeu ne-a dat instrumentele de a rezista tentației de a ne autocompătimi ori de câte ori acest sentiment ne dă târcoale. Speranța este așteptarea optimistă că ceva bun ni se va întâmpla în orice clipă. Această atitudine pozitivă nu poate coexista cu autocompătimirea.

În loc să hrănim lupul cel rău, putem alege să îl hrănim pe cel bun, cel care ne face să fim recunoscători, bucuroși și dornici să-i ajutăm pe ceilalți, în tot acest timp având încredere că Dumnezeu ne va ajuta să scăpăm de orice problemă.

Ori ai parte de milă, ori de putere

Într-o duminică, Dave se uita la un meci de fotbal și părea că se distrează, copiii se jucau afară și auzeam slab râsetele din curte. Ar fi trebuit să fiu bucuroasă că familia mea se bucura de acea zi, dar, în schimb, îmi plângeam de milă că eu lucram, lucru care fusese alegerea mea, apropo. Eram dependentă de autocompătimire, astfel că-mi cream circumstanțele propice pentru a mă simți nefericită.

Țin minte că făceam curat în casă și mă gândeam: *Trebuie să fie plăcut să stai și să te distrezi sau să te joci afară, la soare, dar cineva tot trebuie să facă și treabă pe aici, iar eu sunt mereu acel cineva!* Cu cât mai mult acele gânduri mi se tot învârteau prin minte, cu atât mai mult hrăneam lupul cel rău și mă scufundam în groapa disperării. Făceam curat în casă în fiecare zi și vă asigur că nu curățam deoarece casa ar fi fost murdară, ci o făceam ca să-l fac pe Dave să-mi plângă de milă și să nu se mai uite la fotbal, ci... să facă ce anume? E ciudat că, privind în urmă, nici nu mai știu ce aș fi vrut să facă, dar știu numai că nu voiam ca el să se simtă bine. Vedeți, oamenii nefericiți vor ca și ceilalți să fie nefericiți. De fapt, ei îi urăsc pe oamenii care sunt bucuroși.

Știu că sună îngrozitor, dar, după ce am acceptat adevărul cu privire la autocompătimirea mea și la ce se ascundea în spatele acesteia, m-a ajutat să mă eliberez de ea în cele din urmă. Aveam un suflet extrem de rănit, lucru cauzat de faptul că fusesem abuzată de alți oameni și deci aveam mare nevoie de vindecare, dar nu știam cum sau de unde o puteam obține. Cred că, în acel moment din viața mea, nici măcar nu-mi dădeam seama cu adevărat că aveam o problemă fiindcă eram încă în acea etapă din viața mea în care dădeam vina numai pe ceilalți.

Mi-am petrecut câteva ore bune curățând frenetic casa, trântind sertare și uși, în speranța că Dave avea să mă întrebe care era

problema, dar, fiindcă nu a făcut-o, am ajuns pe podeaua din baie, plângând și autocompătimindu-mă. Aceasta nu era deloc o scenă nouă. Chiar dacă podeaua pe care mă aflam era în alt loc, evenimentul se repeta. Fiindcă nu se făcea cum voiam eu, îmi plângeam de milă.

La un moment dat, în timp ce-mi plângeam de milă, L-am auzit pe Dumnezeu spunându-i duhului meu: „Fie ești demnă de milă, fie ești puternică, nu poți fi ambele deodată. Ce alegi?" Acest cuvânt venit de la Dumnezeu este unul dintre cele mai puternice lucruri pe care mi le-a spus El vreodată. Mai sunt și altele, dar acestea sunt printre cele mai de ajutor, care m-au ajutat să mă eliberez. Aveam de făcut o alegere, deci totul depindea de mine. Ce lup aveam să hrănesc? Pe cel bun, sau pe cel rău?

„Fie ești demnă de milă, fie ești puternică, nu poți fi ambele deodată.„

Nu avem doi lupi care trăiesc în noi, după cum spune povestea, dar avem o fire dual. Avem o latură firească, bazată pe simțire și rațiune, dar fără Duhul Sfânt. Aceasta este depravată până în măduva oaselor și plină de egoism. Însă avem și o latură nouă a firii, recreată după chipul lui Dumnezeu. Aceasta este bună până în măduva oaselor. În fiecare zi hrănim una dintre cele două laturi, iar cea pe care o hrănim cel mai mult e cea care devine cea mai puternică.

Când mi-a vorbit Dumnezeu despre a fi demnă de milă sau puternică, eu țineam deja un mic studiu biblic în fiecare săptămână acasă la mine și-mi doream cu adevărat să progresez în umblarea și relația mea cu Dumnezeu. Însă pe calea mea erau multe piedici pe care trebuia să le recunosc și să le înlătur. Acestea erau toate distructive, dar autocompătimirea era printre cele mai rele.

Dumnezeu îmi dădea șansa să iau o decizie care-mi putea schimba viața, numai eu putând lua această decizie. Dacă voiam

să simt puterea Lui în viața mea, atunci, cu ajutorul Lui, trebuia să renunț la autocompătimire. Poate părea că decizia era cât de poate de clară. La urma urmei, cine ar alege autocompătimirea când i se oferea puterea în schimb? Însă oamenii fac această alegere în fiecare zi și aceasta deoarece s-au complăcut în milă atât de mult timp, încât, cu toate că nu o suportă, aceștia găsesc o oarecare alinare în ea. Știți la ce mă refer, nu-i așa? Doar și voi ați avut o săptămână, o lună, un an sau chiar o viață cu adevărat grea. Toată familie ți-e plecată, iar tu ești singură acasă. Te așteaptă un morman de haine murdare. Îți faci o cafea și desigur că nu poți mânca și brioșa aceea pe care ți-ar plăcea să o mănânci fiindcă, biata de tine, te îngrași repede și deja trebuie să mai dai jos vreo 10 kilograme. Recunoaște: te simți bine să stai cu ceașca aburindă în mână și să te gândești ce grea îți e ție viața! La urma urmei, nimeni nu se gândește la tine... nu-i așa?

Poate că, pe moment, latura noastră firească se simte bine, dar acest lucru nu numai că e inutil, ci e și epuizant. Ne paralizează și ne împiedică să progresăm în viață. De asemenea, e și un păcat.

Autocompătimirea e păcat?

Chiar acum, poate că nu ești sigură că vrei să-mi dai dreptate când spun că autocompătimirea e un păcat. Știi doar că e o problemă, e ceva ce nu ar trebui să faci, dar chiar păcat? *Joyce, zău așa, nu e puțin cam dur totuși?* Și eu m-am confruntat cu această întrebare cu mulți ani în urmă și, căutând păcatul autocompătimirii, nu l-am putut găsi pe nicio listă din Biblie. Apoi, Dumnezeu m-a îndrumat către Galateni, unde găsim o listă cu faptele firii pământești, una dintre acestea fiind și idolatria. Aceasta este enumerată împreună cu adulterul, vrăjitoria, mânia, invidia, crima și ambiția egoistă, ca să enumăr doar câteva (Galateni 5:19-21).

Întrebându-mă ce voia să-mi arate Dumnezeu, am încercat să-L contrazic puțin. *Doamne, idolatria reprezintă închinarea la idoli, nu*

autocompătimirea. Abia atunci mi s-au deschis ochii cu privire la grozăvia păcatului autocompătimirii. Aceasta este idolatrie, deoarece ne preocupă mai mult propria persoană și ne adulăm singuri. Totul în viața noastră se învârte în jurul faptului că am fost tratați greșit, că ne lipsesc atât de multe în viață, că avem o viață grea, că nu avem ce au și alții și așa mai departe. Dumnezeu vrea să ne fie milă și compasiune față de alții atunci când aceștia suferă și au probleme. Însă eu pervertisem această minunată abilitate dată de Dumnezeu de a alina suferința celorlalți în interiorizare și mizantropie, în timp ce eu mă scufundasem într-un nor negru de nefericire și pesimism.

Da, autocompătimirea este un păcat și, ca orice alt păcat, trebuie să-l mărturisim și să ne căim pentru el. Apropo, tocmai am luat o pauză de la scris, mi-am făcut o cafea și, de data asta, voi mânca și brioșa (măcar jumătate din ea, și țin să precizez că e una cu morcovi, deci e permis să o mănânc deoarece conține și legume). Acum o pot mânca deoarece, în loc să-mi încep ziua plângându-mi de milă fiindcă mă îngraș repede și trebuie să slăbesc 10 kilograme, acum merg pe jos câte 8 kilometri în fiecare dimineață, în timp ce mă rog și-L preamăresc pe Dumnezeu, așa că am reușit să dau jos cele 10 kilograme! Faptul că renunți la autocompătimire are niște efecte secundare minunate pe care nu vrei să le ratezi.

Vei fi mereu tentată să păcătuiești, tocmai de aceea Dumnezeu ne-a dat rodul autocontrolului (Galateni 5:22-23). Chiar și acum sunt tentată uneori să-mi plâng de milă atunci când am o zi grea și da, Dave încă se mai uită la meciuri de fotbal, dar situația s-a îmbunătățit. Acum, el mai și spală vase și, uneori, pune chiar și rufe la spălat în timp ce eu stau și mă uit la televizor. Dumnezeu chiar face lucruri uimitoare! Ca oricine altcineva, și eu trebuie să rezist ispitei de a păcătui, iar în unele zile trebuie să rezist tentației de a-mi plânge de milă de mai multe ori, până când ies victorioasă din nou. Însă am parcurs un drum foarte lung și intenționez să înaintez câte o zi pe rând.

Două dintre remediile autocompătimirii sunt a fi agresiv de recunoscător și a face câte ceva pentru alții, căci, când facem asta, ne ajută să nu ne mai gândim doar la noi înșine. E de mare ajutor să fim realiste cu privire la așteptările pe care le avem. Dacă ești perfecționistă, vei avea parte de multă dezamăgire, deoarece nimeni nu e perfect și nimeni nu are o viață perfectă. Cu toții avem de înfruntat lucruri neplăcute, iar faptul că ne așteptăm ca totul să fie distractiv și ușor nu va face decât să ne aducă foarte multă dezamăgire.

Un alt remediu pentru autocompătimire este să te ridici, pur și simplu, să ieși din casă și să faci ceva. Chiar și ceva simplu, precum a ieși în curte sau a face o scurtă plimbare, poate fi de ajutor. Un lucru care ajută de fiecare dată este să găsești un motiv ca să râzi. Însă nu cumva să îndrăznești acum să spui: *Joyce, cred că glumești! Nu am niciun motiv în viața mea pentru care să râd.*

E timpul să renunți la toate scuzele și să înlături din cale toate piedicile ca să poți înainta. După aceste piedici te așteaptă vindecarea sufletului tău și o viață plăcută. Chiar dacă eliberarea de autocompătimire sau de oricare dintre aceste piedici de care am vorbit nu e singurul lucru care te va ajuta să-ți vindeci sufletul rănit, căci e posibil să ai nevoie de altfel de ajutor și de mai mult timp, acesta e cu siguranță un început strălucit și nu poate decât să-ți îmbunătățească situația. Ai încredere că Dumnezeu te va vindeca pe deplin, căci Isus poate vindeca orice te doare!

CAPITOLUL 17:

APĂRĂ-TE

Curajul este contagios. Atunci când un om curajos ia atitudine, atunci și ceilalți prind curaj.

Billy Graham

Istoria e plină de povești ale unor oameni care au apărat dreptatea și, datorită acestui lucru, au schimbat istoria. Sunt oameni precum Martin Luther King Jr., Eleanor Roosevelt, Rosa Parks, Alice Paul, Susan B. Anthony și mulți alții. Chiar dacă nu poți schimba istoria pentru mai mulți oameni, ai putea măcar să-ți schimbi propria istorie. Trecutul tău dureros nu trebuie să devină destinul tău, te poți apăra împotriva comportamentului greșit al altor oameni care te-au rănit, iar atunci când o vei face, te vei simți puternică, în loc să te simți ca o victimă lipsită de apărare.

Oamenii care sunt abuzați sau tratați greșit trebuie să fie curajoși, să vorbească și să se apere. Majoritatea oamenilor abuzivi, de obicei dau înapoi atunci când sunt înfruntați. Cunosc un caz în care, ani la rând, bărbatul casei a fost autoritar, vorbea urât și se enerva foarte repede când nu se făcea totul așa cum voia el. Soția lui e slabă și cam temătoare, așa că pur și simplu i-a acceptat mulți ani comportamentul. Acum, în sfârșit, a început să îl înfrunte și, chiar dacă mai au mult de lucrat, el o tratează ceva mai bine. El a început să primească consiliere pentru problemele sale legate de mânie, iar într-una dintre sesiunile de consiliere, chiar a recunoscut că, de când soția nu îi mai tolerează comportamentul abuziv și îl înfruntă, el o tratează mult mai bine.

Majoritatea oamenilor autoritari fac ceea ce le permit ceilalți și, chiar dacă ar fi mult mai bine și ar da dovadă de un mult mai bun caracter dacă i-ar trata bine pe ceilalți fiindcă așa e corect, de obicei, nu o fac. De obicei, cei care abuzează nu îi respectă pe oamenii care, de teamă, le suportă comportamentul greșit. Unii dintre ei vor, de fapt, să aibă pe cineva care să îi înfrunte. Chiar dacă vor reacționa urât la început, pe termen lung, e singurul mod prin care vor putea fi opriți să mai abuzeze.

Desigur că sunt și oameni care se enervează și mai tare și devin mai violenți atunci când sunt înfruntați, iar în acest caz, cel mai bine e să plecăm de lângă ei. Nu-mi pot imagina cât de diferite ar fi fost viețile noastre dacă mama mea l-ar fi înfruntat pe tatăl meu, dar, din moment ce nu a făcut-o niciodată, ea nu și-a făcut rău numai ei însăși, ci ne-a făcut rău mie și fratelui meu. Singura ei scuză a fost că se temea. Frica este un sentiment care ne împiedică să progresăm sau să facem ceea ce știm că ar trebui să facem, dar putem învăța să ne apărăm, chiar dacă o facem „cu teamă".

Abraham Lincoln a spus: „Asigură-te că ți-ai pus picioarele unde trebuie, iar apoi rămâi neclintit."[23] E important să luăm atitudine, dar trebuie să o facem într-un mod adecvat. Am cunoscut oameni care, atunci când s-au apărat, au ajuns să îi rănească pe ceilalți mai tare decât au fost ei răniți. Pentru o vreme, am fost și eu un astfel de om, până când am învățat cum să fac totul după regulile lui Dumnezeu și nu după regulile mele.

După ce am plecat de lângă tatăl meu, am decis că nimeni nu mă va mai abuza și nici nu se va mai folosi de mine, dar apoi am devenit o persoană răzvrătită și manipulatoare. În cele din urmă, am început să mă schimb, dar numai după ce Dave a început să mă înfrunte. El a citit o carte despre a-ți păsa destul de mult încât să iei atitudine, iar Dumnezeu a folosit acea carte pentru a-i arăta că era timpul ca el să mă înfrunte și să ia atitudine.

Timpul potrivit este cel mai important. Ar trebui să ne rugăm mereu și să căutăm momentul potrivit pentru a înfrunta. Dave s-a rugat pentru mine mulți ani, deoarece știa că mă purtam urât fiindcă fusesem profund rănită și chiar cred că rugăciunile lui mi-au ajutat inima să se pregătească pentru schimbare. Dumnezeu lucra în mine și mă învăța, iar eu ajunsesem în punctul în care îmi doream cu adevărat să mă schimb, dar pot spune cu sinceritate că faptul că Dave m-a înfruntat, a fost lucrul de care aveam nevoie să mă determine să-mi iau problemele foarte în serios și să încep să fac ceva în privința aceasta.

Unul dintre lucrurile pe care le-am înțeles a fost faptul că încercam să-l fac pe Dave să plătească pentru ceea ce-mi făcuseră alți bărbați, iar acest lucru era nedrept față de el. Îmi era teamă că, dacă îl lăsam să-și exercite autoritatea în calitate de cap al familiei, ar fi profitat de mine, așa cum făcuseră alți bărbați, iar eu aveam de gând să nu mai permit așa ceva vreodată. În cele din urmă, am învățat că numai Dumnezeu mă putea răsplăti pentru durerea suferită în trecut și că trebuia să cred că Dave nu era ca ceilalți bărbați care mă răniseră.

Apără-te, dar fă-o așa cum trebuie. Să nu cumva să devii o nesuferită în timp ce încerci să iei atitudine față de comportamentul nesuferit al altora. Cunosc o fată care are vreo 20 de ani și care a crescut într-un cămin în care tatăl ei, care era mânios și nervos mereu, încerca mereu să îi controleze pe toți. Inițial, ea s-a temut de mânia lui și a devenit agitată și neliniștită, deoarece simțea că nu se afla într-un mediu sigur, dar, în cele din urmă, a învățat să ia atitudine. Desigur că acum nu mai permite nimănui să o controleze, dar atitudinea ei a devenit excesivă și adesea reacționează de parcă cineva ar încerca să o controleze,

Să nu cumva să devii o nesuferită în timp ce încerci să iei atitudine față de comportamentul nesuferit al altora.

chiar și atunci când cealaltă persoană vrea numai să exprime o părere diferită de a ei. Ea simte că femeile, în general, sunt marginalizate și subapreciate la locurile de muncă, ea fiind decisă acum să îndrepte unele nedreptăți. Chiar dacă motivația ei este bună, metodele sale sunt greșite. Ea începe să devină o feministă radicală care consideră că multe acțiuni sunt comportamente greșite, când, de fapt, nu e deloc așa. Ea se comportă ca și cum femeile ar trebui să aibă *drepturi speciale* și nu *drepturi egale*!

Când o femeie a fost tratată foarte urât, ea nu prea are cum să vadă oamenii și lucrurile în mod corect, așa că le vede prin prisma suferinței ei. Avem nevoie de călăuzirea Cuvântului lui Dumnezeu pentru a vedea ce e corect și trebuie să avem și inima deschisă pentru a asculta de această călăuzire, considerând-o a fi autoritatea supremă în viețile noastre. Eu am învățat cu adevărat ce este comportamentul corect după ce am studiat Cuvântul lui Dumnezeu. Nu vrem întotdeauna să facem ce e corect, dar, dacă ceea ce vrem să facem nu e conform Cuvântului lui Dumnezeu, atunci ne putem supune modului de operare al lui Dumnezeu, știind că, în cele din urmă, așa e cel mai bine și că așa vom avea cele mai bune rezultate.

Urmează-L pe Dumnezeu și nu omul

În Biblie avem multe exemple minunate de bărbați și femei care s-au apărat. Daniel era un tânăr care se încredea în Dumnezeu și se ruga de trei ori pe zi în fața ferestrei deschise. Regele a poruncit ca nimeni să nu se mai închine niciunui alt zeu, ci numai lui, iar cine nu asculta, avea să fie aruncat în groapa cu lei. Daniel s-a dus în camera sa, a deschis fereastra și a continuat să se roage ca și până atunci. El a ajuns în groapa cu lei; însă Dumnezeu a fost cu el și l-a scăpat. El a trimis un înger ca să închidă gurile leilor, pentru ca aceștia să nu-i facă rău lui Daniel (Daniel 6:7-22).

Ucenicilor li s-a interzis să predice în numele lui Isus, fiind amenințați cu închisoarea și bătaia, dar ei au continuat oricum

să predice. Ei au fost bătuți și duși la închisoare, dar Dumnezeu a trimis un înger să-i elibereze în mod miraculos, iar temnicerul și familia lui au devenit credincioși (Faptele apostolilor 16). Dacă faci lucrurile după cum spune Dumnezeu, atunci vei putea fi folosit de El pentru a ajuta mulți alți oameni care poate că îndură aceeași suferință pe care ai îndurat-o și tu.

Rosei Parks, o croitoreasă neagră, i s-a cerut prin lege să-și cedeze locul din autobuz unui bărbat alb, dar ea a refuzat. Refuzul ei a dat naștere mișcării pentru drepturile civile în Statele Unite ale Americii, care a fost condusă de către Martin Luther King Jr. Rosa și-a urmat îndemnul inimii și nu a ascultat cerințele oamenilor, iar rezultatele acțiunilor sale pline de curaj poartă mărturie și în prezent.

Puterea reducătoare de stres a faptului de a fi încrezător

De curând, am citit o poveste despre încrederea în sine care mi s-a părut interesantă. Directoarea unei mici biblioteci din Midwest, Marcia (nu e numele ei adevărat), spune că ea a fost smerită și supusă mulți ani la rând. „I-am lăsat pe oameni să mă calce în picioare și ajunsesem să fiu nefericită de cele mai multe ori." Însă, într-o zi, ea a luat atitudine și totul s-a schimbat.

Marcia făcuse o mică greșeală la lucru și o administratoare a bibliotecii cunoscută pentru felul ei răutăcios de a fi, i-a trimis Marciei un e-mail de mustrare foarte dur, dar pe care l-a trimis și întregii echipe de conducere. Marcia și-a recunoscut greșeala și și-a cerut scuze, cerând apoi ca administratoarea să nu mai arate întregului comitet de conducere un astfel de e-mail numai ca să o facă să se simtă prost. Ei bine, a doua zi, acea șefă tiranică și-a făcut apariția la bibliotecă și a mustrat-o personal pe Marcia în fața întregului personal.

„Am izbucnit", spune Marcia. „Am luat atitudine și i-am spus: ‚În ce mă privește, am încheiat această conversație. V-ați făcut deja

înțeleasă. Mi-am cerut deja scuze, așa că am încheiat.'" Atunci s-a întâmplat ceva interesant: femeia s-a dat înapoi și a spus: „Măcar acum avem o direcție", adică Marcia dăduse dovadă, în sfârșit, că avea încrederea necesară pentru acea slujbă.

Marcia nu a mai fost aceeași de atunci. Ea a descoperit puterea de a avea încredere în sine, scăpând astfel pentru totdeauna de a fi tiranizată, mințită pe la spate sau călcată în picioare.[24]

Cu toate că smerenia e o calitate de care a dat dovadă Isus, una care ne încurajează să creștem, o adevărată smerenie sfântă e diferită de smerenia la care face referire lumea. Smerenia reprezintă putere sub control. Înseamnă că avem puterea de a face ceva, dar nu vom face nimic decât sub călăuzirea lui Dumnezeu. Mare parte din ceea ce lumea numește smerenie e, de fapt, doar slăbiciune și teamă.

A accepta orice numai pentru a te înțelege cu ceilalți pare a fi o abordare pașnică a unei relații și, chiar dacă uneori e adevărat, în realitate, e mult mai eficient și mai puțin stresant dacă învățăm să fim încrezători atunci când trebuie, să cerem ce vrem și ce ne trebuie, să refuzăm când e nevoie și să cerem să fim respectați. Atunci când ne apărăm, stabilim anumite limite.

Atunci când ne apărăm, stabilim anumite limite.

Atunci când ne apărăm, nu încercăm să controlăm ce fac ceilalți, ci mai degrabă controlăm ce ne fac ei nouă. Prin acțiunile noastre și prin cuvintele rostite, de fapt, spunem că nu vom mai sta pasivi în timp ce suntem tratați urât. Ne arătăm nouă înșine că ne respectăm și că ne așteptăm ca și ceilalți să facă la fel.

Dacă ai de gând să înfrunți pe cineva în legătură cu ceva, nu îți recomand să o faci printr-un e-mail, nici chiar la telefon. Cel mai bine e să o faci față în față, căci astfel, comportamentul nostru, expresia facială și limbajul trupului pot însoți cele spuse, făcându-

ne mai bine înțeleși. Ceva dur poate fi spus și cu un zâmbet pe față, putând fi receptat mai ușor decât dacă o spunem cu o față serioasă. O putem spune în timp ce stăm confortabil într-un scaun, fiind receptat altfel decât dacă o spunem în timp ce stăm drepți, cu mâinile în șolduri. Păstrează un ton al vocii cât mai blând cu putință, dar, totodată, fii ferm și hotărât. Biblia spune: „Un răspuns blând potolește mânia, dar o vorbă aspră aţâță mânia." (Proverbele 15:1)

De obicei, e mai bine să nu avem o confruntare cu cineva atunci când suntem supărați, căci atunci suntem controlați de mânie și nu de către Duhul Sfânt. Nu funcționează mereu să aștepți momentul potrivit pentru a înfrunta o situație, dar am observat că așa e cel mai bine, atunci când se poate.

Când știm că nu suntem tratați cum trebuie sau nu suntem respectați, dar nu facem nimic în acest sens, atunci devenim stresați, deoarece știm că nu e corect și nici nu ne place de noi atunci, fiindcă permitem așa ceva. Faptul că facem anumite lucruri cu care inima noastră nu e de acord produce mereu stres, fie că facem ceva ce știm că nu e bine sau că nu facem ceva ce știm că ar fi bine.

Primul pas poate fi cel mai greu

Dacă ești genul de persoană care nu obișnuiește să-și ia apărarea sau care acceptă orice numai pentru a se înțelege cu ceilalți, atunci probabil că va fi foarte greu să faci primul pas și să fii mai încrezătoare ca să te faci auzită. E posibil ca, prima dată când o faci, chiar nici să nu obții un rezultat bun. Aveam un angajator căruia îi plăcea să controleze totul și când, în cele din urmă, l-am înfruntat, după mai mulți ani în care nu o făcusem, el s-a enervat foarte tare și a plecat val-vârtej din restaurantul în care ne aflam. În acest caz, faptul că l-am înfruntat nu l-a făcut să se schimbe, dar pe mine m-a convins că trebuia să lucrez în altă parte și tocmai asta am și făcut. Chiar dacă înfruntarea mea nu l-a schimbat pe el,

m-a schimbat pe mine și m-a condus spre această cale din viața mea care m-a făcut să am lucrarea pe care o am acum.

Nu lăsa teama de a lua atitudine să te împiedice să fii tot ce poți fi și să faci tot ce poți face. Niciodată nu vei fi împlinită și mulțumită dacă nu-ți împlinești destinul. Ești mult prea valoroasă ca să lași pe cineva să te abuzeze sau să te trateze urât. E timpul să iei atitudine!

Ești mult prea valoroasă ca să lași pe cineva să te abuzeze sau să te trateze urât.

CAPITOLUL 18:

STABILEȘTE LIMITE – NU CONSTRUI ZIDURI

Primești ceea ce tolerezi.

Henry Cloud

Ești cumva supărată deoarece simți că oamenii profită de tine? Poate că trebuie să stabilești niște limite. O limită e ca un fel de gard care-ți protejează proprietatea. Dacă nu am niciun gard, iar câinii din cartier își fac nevoile în curtea mea în timp ce-și fac plimbarea de dimineață, nu pot da vina pe câini. Fie strâng după ei fără să mă plâng, fie îmi pun gard.

Țin minte că mă plângeam lui Dumnezeu cu privire la acel angajator de care am menționat mai devreme, căruia îi plăcea să controleze totul. Dumnezeu m-a luat prin surprindere când mi-a spus că eram și eu la fel de vinovată ca și el pentru că, în ciuda faptului că mă manipula, eu îl lăsam să o facă. Au! E important să stabilim limite în toate domeniile vieții noastre. Unele limite pe care le stabilim sunt pentru noi: pot fi limite cu privire la obiceiurile noastre alimentare, la buget, cât muncim și cât ne odihnim și alte lucruri care ne pot ajuta să avem o conduită sănătoasă în viața de zi cu zi. Alte limite pe care le stabilim sunt pentru ceilalți oameni. Acestea ne împiedică să fim răniți și îi ajută pe ceilalți să-și dea seama că, dacă vor să aibă o relație cu noi, atunci nu le vom permite să profite de noi.

Poate ești o persoană săritoare, cu o inimă bună, dar trebuie să ai grijă să nu te obișnuiești să te îngrijești de ceilalți oameni care

nu fac niciun efort să-și poarte singuri de grijă. Te simți cumva epuizată din cauză că ai încercat să ajuți pe cineva care nu vrea să fie ajutat? Ai permis cuiva să depindă atât de mult de tine, încât acum ai ajuns să urăști acea persoană, dar tot faci în continuare ceea ce-ți cere? Dacă ai răspuns afirmativ la vreuna dintre aceste întrebări, înseamnă că ai nevoie de niște limite în cadrul acelor relații.

Cuvântul lui Dumnezeu ne învață să fim atenți cu ceilalți, dar să fim *înțelepți* când o facem (Proverbele 1:3). De fapt, spune să folosim disciplina îngrijirii pline de înțelepciune. Altfel spus, poate că vrei să ajuți pe cineva, dar ar trebui să te disciplinezi să nu o faci deoarece, în adâncul sufletului, știi că ar fi mai bine pentru acea persoană să nu o faci. Părinții care își ajută copiii prea mult și care fac prea multe pentru ei, salvându-i mereu când au o problemă, nu îi ajută deloc pe aceștia să se pregătească pentru viitor. De fapt, îi împiedică să devină niște adulți responsabili.

De câte ori cineva îți cere ceva, fie că e vorba de o favoare, de ajutor cu un proiect, sau de ajutor financiar, acea persoană vrea să îi răspunzi afirmativ la cerere, dar nu e întotdeauna bine să le spui oamenilor numai ceea ce vor să audă. Când facem asta, suntem în pericol de a deveni niște persoane care le fac pe plac oamenilor în loc să-I facem pe plac lui Dumnezeu. Când ni se cere să facem ceva pentru altcineva, ar trebui să răspundem în mod sincer, cu cordialitate. E important ca fiecare dintre noi să învețe să-și asculte inima, adică să ne lăsăm călăuziți de Dumnezeu în tot ce facem. Cuvântul lui Dumnezeu ne învață să rostim adevărul cu iubire (Efeseni 4:15), deoarece o relație necinstită nu e una sănătoasă.

Cu cât mai mult lucrează Dumnezeu în viețile noastre și ne vindecă sufletele rănite, cu atât mai mult ne bucurăm când îi ajutăm pe ceilalți și, chiar dacă acest lucru e bun, trebuie să avem grijă să nu le permitem celorlalți oameni să profite de noi. Acum câțiva ani, mi-am dat seama că aveam mai multe relații unilaterale, unele în care numai eu ofeream mereu, iar cealaltă persoană nu făcea decât

să ia de la mine, așa că am decis că trebuia să stabilesc niște limite.

Îi voi ajuta mereu pe oameni la nevoie, dar dacă situația devine exagerată sau dacă mă simt folosită, fără a fi iubită și îngrijită, atunci mă opresc. Nu ar trebui niciodată să oferim numai pentru a primi ceva înapoi, dar toate relațiile au nevoie de limite pentru a fi niște relații sănătoase. Chiar și Dumnezeu ajunge la un punct în cadrul relației cu noi în care nu mai e dispus să ne tot dea, în timp ce noi nu vrem să ne petrecem timpul cu El și nici nu vrem să-L slujim în vreun fel. El este un Tată grijuliu și generos, care nu încetează nicicând să ne iubească, iar atunci când suntem la începutul relației cu El, el ne tot dă, dar, în cele din urmă, pentru noi nu este bine să nu începem să dăm înapoi.

Pe lângă faptul că ajută și dăruiește, iubirea mai și condamnă și ceartă. Nu iubim cu adevărat cealaltă persoană dacă îi permitem să profite de noi. Dumnezeu ne confruntă spre binele nostru și o face fiindcă ne iubește.

> Eu mustru și pedepsesc [îi disciplinez și îi instruiesc] pe toți aceia pe care-i iubesc [cu mult drag și grijă] (Apocalipsa 3:19).

Limitele sănătoase sunt plase de siguranță pentru noi și alți oameni, dar trebuie să fim siguri că stabilim cu adevărat niște limite și nu construim ziduri. Majoritatea gardurilor au și o poartă și, dacă nu au, nu mai sunt garduri, ci închisori. Când un gard are și poartă, ne permite să ieșim dacă vrem să o facem și să primim și pe altcineva înăuntru, dacă vrem să o facem, dar zidurile nu au porți. Acestea îi alungă pe ceilalți din viețile noastre și pe noi ne izolează.

Nu iubim cu adevărat cealaltă persoană dacă îi permitem să profite de noi.

O limită sănătoasă într-o relație poate arăta astfel în mintea voastră: *Am fost rănită de multe ori și vreau să mă protejez și să am*

relații cu oameni care sunt de treabă. Prin urmare, mă voi baza pe discernământ în privința oamenilor cu care am de-a face, iar dacă cineva începe să profite de mine, voi înfrunta acea persoană. Dacă va continua să o facă, voi deschide poarta și o voi invita să iasă din viața mea.

În schimb, un zid într-o relație ar putea arăta astfel în mintea noastră: *Am fost rănită în trecut și nimeni nu mă va mai răni vreodată. Voi avea grijă de mine și mă voi proteja. Nu mă voi apropia de nimeni ca să nu mă mai poată răni vreodată.* În acest caz, aș putea crede că am stabilit o limită, dar, de fapt, este un zid.

Unul dintre primele lucruri pe care l-am făcut mulți ani după ce am scăpat de tatăl meu, a fost să ridic imediat un zid în inima mea atunci când cineva cunoscut mă rănea în vreun fel. De fapt, chiar simțeam zidurile ridicându-se și credeam că mă simțeam în siguranță astfel. În cele din urmă, cu ajutorul lui Dumnezeu, mi-am dat seama că, chiar dacă El vrea ca noi să stabilim limite sănătoase, numai El poate fi cu adevărat un zid de protecție în jurul nostru.

Dacă ai construit ziduri în inima ta ca să nu-i mai lași pe alții să te rănească, numai tu le poți dărâma. Dacă nu o faci, niciodată nu vei putea iubi cu adevărat și nici nu vei putea primi iubire. Nu-ți pot promite că nu vei suferi niciodată, dar îți pot promite că, chiar dacă o vei face, Dumnezeu te va vindeca întotdeauna. Din moment ce nu există oameni perfecți și cu toții avem slăbiciuni, e imposibil să fim într-o relație și să nu fim răniți sau dezamăgiți niciodată.

Jurăminte interioare

Putem face anumite jurăminte cu noi înșine care trebuie încălcate. Eu jurasem că nimeni nu mă va mai răni sau controla vreodată, ori să-mi spună ce să fac. Nimeni nu avea să mai profite de mine, iar eu aveam să îmi port de grijă și să nu mai ajung vreodată să am nevoie

de cineva. Evident, dacă încercăm să trăim cu o astfel de atitudine, nu vom putea avea nicio relație. Cu toții suntem răniți uneori. Chiar și oamenii buni și bine intenționați se pot răni unii pe alții. Nu putem trăi în societate și să nu permitem niciodată nimănui să ne spună ce să facem sau să ne dea instrucțiuni, dar mulți oameni din ziua de azi încearcă să facă tocmai acest lucru, iar lumea din jurul nostru e plină de răzvrătire și ticăloșie. Fie că vă place sau nu, avem nevoie unii de alții. Dumnezeu ne-a creat astfel încât trebuie să lucrăm împreună, nu să ne izolăm și să fim independenți unii de alții. Dacă ai fost rănită și dezamăgită și, din această cauză, ai decis că nu mai ai nevoie de nimeni, să știi că te înțeleg fiindcă și eu am fost la fel. Însă trebuie să-ți schimbi această atitudine dacă vrei să ai un suflet sănătos și vindecat. Nu suntem creați să fim singuri.

Eu a trebuit să încalc jurămintele greșite pe care le făcusem cu mine însămi și am reușit să o fac rugându-mă și mărturisind că atitudinea mea era greșită, așa că I-am cerut lui Dumnezeu să mă ajute să am limite sănătoase, și nu ziduri. Atunci când mă rănește cineva, chiar și acum pot simți un zid începând să se ridice în inima mea, dar nu îi permit să rămână, fiindcă știu că nu asta e voia lui Dumnezeu.

Izolare

Când avem ziduri în inima noastră și refuzăm să îi primim pe oameni înăuntru, acele ziduri ne vor împiedica să ne dezvoltăm spiritual în cadrul relației noastre cu Dumnezeu. Nu putem avea o relație bună cu Dumnezeu și să ne izolăm de oameni în același timp. Am putea spune că Dumnezeu este iubitor de oameni. El îi iubește pe oameni și vrea să-Și arate iubirea pentru ei prin intermediul nostru. Am descoperit că Biblia este o carte extraordinară despre relații. Aceasta vorbește despre relația noastră cu Dumnezeu, cu noi înșine și cu ceilalți oameni. O parte din procesul de a ne primi mântuirea și restaurarea, o constituie cooperarea cu Duhul

Sfânt, pentru ca toate aceste relații să fie vindecate și sănătoase. Chiar dacă există și anumiți oameni cu care nu vom putea avea niciodată niciun fel de relații deoarece ei sunt mereu abuzivi, nu trebuie să excludem toți oamenii din viețile noastre doar fiindcă ne e teamă. Dumnezeu vrea să trăim în comunitate cu alții, iubind și fiind iubiți, oferind și primind iertare, bucurându-ne unii de alții și suportându-ne slăbiciunile (Galateni 6:1-3).

Când predic, spun adesea că, în primii ani din călătoria mea spre vindecare, m-am înțeles bine cu toată lumea, nu mă enervam ușor, eram răbdătoare, bună și iubitoare, atât timp cât nimeni nu era acasă. Însă, când oamenii veneau acasă, era cu totul altceva. Poate că vă recunoașteți în ceea ce povestesc. În câțiva din acei ani, eram o mamă casnică. În timpul zilei, când Dave era la lucru și copiii mei erau la școală, ascultam muzică de închinare sau predici în timp ce-mi făceam treburile prin casă și totul era liniște și pace. Însă, când copiii mei se întorceau acasă și începeau să facă gălăgie sau diferite lucruri care mă enervau, mă transformam în cu totul altă persoană. Brusc, nu mai eram deloc răbdătoare, bună și iubitoare.

După ce sunt răniți, unii dintre noi aleg să se izoleze în loc să riște și să aibă o relație, dar nu putem progresa spiritual ca să devenim asemenea lui Hristos dacă facem asta. De exemplu, niciodată nu vom învăța să fim răbdători dacă primim totul rapid. Niciodată nu vom învăța să iubim oamenii care nu sunt drăguți sau pe cei ce au obiceiuri care ne enervează, dacă nu le stăm niciodată prin preajmă. Dumnezeu folosește oamenii neșlefuiți ca să ne șlefuiască pe noi.

Dumnezeu folosește oamenii neșlefuiți ca să ne șlefuiască pe noi.

Poate părea mai ușor să fii singur în viață, dar viața ta e mult mai goală așa. Când suntem singuri, nu trebuie să acceptăm adevărul cu privire la adevărata noastră persoană. Chiar dacă cumperi o portocală ce pare frumoasă pe dinafară, atunci când o storci sau o

tai, poți descoperi că e uscată și nu are niciun gust. Numai adevărul ne eliberează și, pentru creșterea noastră spirituală, e imperios să fim „storși" de alți oameni în viață.

Nu e bine să fim singuri. Dumnezeu a creat-o pe Eva fiindcă a spus că nu e bine ca omul să fie singur. Nici Dumnezeu nu e singur, ci e o Trinitate: Tată, Fiu și Duh Sfânt.

Atunci când suntem singuri, e mai ușor să nu ne vedem greșelile, deoarece nu e nimeni să ni le sublinieze. Nu e niciun fel de presiune pentru noi ca să vedem cum reacționăm în cazuri stresante. Un pastor mi-a spus mai demult: „Joyce, nu vei cunoaște pe cineva cu adevărat până când nu vezi cum reacționează în tot felul de situații." Cu siguranță, am ajuns să îmi dau seama că avea dreptate.

Dave mă tachinează și spune că Dumnezeu mi l-a trimis în viața mea ca să îmi răstignească latura fizică și s-ar putea să aibă mai multă dreptate decât crede. Atunci când eu și Dave ne-am căsătorit, el era tot ce nu eram eu. Observând în fiecare zi modul în care reacționa el în diferite situații și la diferiți oameni, în comparație cu mine, îmi reaminteam mereu că aveam probleme și că aveam nevoie de ajutor ca să mă schimb.

Eu eram nerăbdătoare, iar el era foarte răbdător, astfel că răbdarea lui (pe care o consideram a fi lene) mă irita. Eu luam decizii foarte rapide, pe când lui îi lua mult timp să ia decizii, așa că asta era o problemă pentru mine. Lista poate continua, dar ceea ce vreau să spun e că niciodată nu m-aș fi schimbat dacă nu i-aș fi avut în preajmă pe Dave și mulți alți oameni, mulți dintre aceștia enervându-mă, de fapt. În cele din urmă, a trebuit să mă întreb: *Chiar sunt oamenii enervanți cu adevărat, sau sunt eu greu de mulțumit?* Aceea a fost o zi foarte dureroasă, plină de lacrimi și foarte grea, când am recunoscut, în sfârșit, că aveam o problemă uriașă și că eu eram aproape imposibil de mulțumit. Dar tot aceea a fost și ziua în care am început să fac progrese.

Singură într-o cameră plină cu oameni

Ți s-a întâmplat vreodată să te afli într-o cameră plină cu oameni și să te simți singură? Cred că asta li s-a întâmplat celor mai mulți dintre noi, din diferite motive. Se poate ca, pur și simplu, să nu cunoaștem pe nimeni din acea cameră. Desigur, suntem tentați să așteptăm ca cineva să vină și să stea de vorbă cu noi sau să se poarte prietenos cu noi, dar o persoană încrezătoare și sigură pe sine va lua inițiativa și va intra în vorbă cu ceilalți.

Chiar sunt oamenii enervanți cu adevărat, sau sunt eu greu de mulțumit?

E posibil și să ne simțim singuri când suntem în preajma oamenilor dacă am ridicat ziduri fiindcă am fost respinși. Cei care au avut parte de multă respingere în viață se tem adesea de respingere atât de mult, încât se izolează, sau temerile le creează trăsături de comportament care îi îndepărtează pe ceilalți de lângă ei.

Janet era o femeie care voia să se implice în activitățile de la biserica ei și să participe la evenimentele sociale care se desfășurau. Ea s-a alăturat unui grup de studiu și a început să observe că, atunci când cei din grup organizau excursii, de obicei, nu o invitau și pe ea. Același lucru i se mai întâmplase de multe ori în viață și nu își dorea să i se mai întâmple, așa că și-a făcut curajul să o întrebe pe una dintre femeile din grup care părea să își exprime sentimentele cu ușurință de ce nu era și ea invitată.

Femeia a fost sinceră cu ea și i-a spus că îi sufoca pe oameni căci, dacă cineva era prietenos cu ea, atunci ea încerca să se agațe de acea persoană în mod exagerat. Chiar dacă lui Janet i-a fost greu să audă acest lucru, având nevoie de ceva timp și de consiliere ca să înțeleagă ce voia să spună acea femeie, acea confruntare chiar a ajutat-o să nu mai învinuiască și a început să-și adreseze niște întrebări: *De ce sunt atât de sufocantă? Chiar am un mod exagerat de a aborda relațiile?* Drept urmare, Janet a aflat că ea se temea

enorm să nu fie respinsă din cauza suferinței îndurate în trecut, astfel încât atunci când cineva se arăta chiar și puțin prietenos cu ea, ea își dorea să fie mereu în preajma acelei persoane de teamă să nu piardă acea relație.

Cunosc o astfel de femeie și, chiar dacă, în multe feluri, ea e bună, darnică și drăguță, îi cam place să se bage în anumite aspecte personale ale vieților celor care se împrietenesc cu ea, făcând asta într-un mod cât se poate de nepotrivit și de bădăran. Din cauza felului ei de a fi, oamenii au tendința să o evite. Ea nu știe cum să respecte limitele impuse de alți oameni și acest lucru e la fel de problematic precum ar fi și dacă ea nu ar avea niciun fel de limite.

CAPITOLUL 19:

CUM SĂ DEVII CEL MAI BUN ALIAT AL TĂU

După cum spune și basmul, „oglinda, oglinjoară" ne arată fața dușmanului nostru... ne înfrângem singuri mult mai mult decât o fac circumstanțele exterioare.

John Maxwell

Cu toții tânjim după aprobarea oamenilor, vrând ca oamenii să fie de partea noastră și nu împotriva noastră și unii chiar sunt, dar observăm și că unii nu sunt. Atunci când se întâmplă așa, poate fi dureros și, dacă am întâlnit foarte mulți oameni care nu au fost de partea noastră, atunci e posibil să avem răni pe suflet care nu pot fi vindecate. Chiar și dezaprobarea unei singure persoane, dacă e vorba de un părinte sau un soț, poate răni profund pe cineva. Ne dorim să fim iubiți de către familie și prietenii apropiați, iar lipsa acestei iubiri poate fi devastatoare pentru unii oameni. Mă întâlnesc și stau de vorbă cu oameni de 40-50 de ani care încă au stil de viață haotic din cauză că unul dintre părinții lor i-a respins sau i-a contrazis mereu.

Apostolul Pavel i-a încurajat pe romani cu aceste cuvinte:

> Dacă Dumnezeu este pentru noi, cine va fi împotriva noastră? [Cine ne poate fi dușman dacă Dumnezeu e de partea noastră?] (Romani 8:31)

Psalmistul David a spus:

> Domnul este de partea mea, nu mă tem de nimic: ce pot să-mi facă niște oameni? (Psalmii 118:6)

Ambii bărbați, care au fost folosiți intens de către Dumnezeu, au întâlnit mulți oameni care le-au fost potrivnici. Aceștia au fost mângâiați și i-au și mângâiat pe alții cu înțelegerea faptului că, chiar dacă avem de-a face cu oameni care nu sunt de partea noastră și nu aprobă ceea ce facem, Dumnezeu e mereu de partea noastră, El fiindu-ne alături atunci când ne străduim, ne chinuim și avem provocări.

E timpul să luăm decizia de a fi de acord cu Dumnezeu și nu cu dușmanii noștri. Poate că ți-ai format o părere despre propria persoană în funcție de ceea ce au spus sau au gândit despre tine niște oameni răutăcioși, sau poate în funcție de modul în care s-au purtat cu tine. Dacă e așa, atunci trebuie să îndrepți această greșeală. E timpul ca tu să fii *de partea ta*, adică este timpul să fii prieten cu tine însuți, să fii cel mai bun aliat al tău și să înveți să te iubești într-un mod evlavios.

Oricât de multe ar vrea Dumnezeu să facă pentru noi și prin noi, nu va putea face nimic dacă nu ajungem să cădem de acord cu El, adică să fim de acord cu ce spune Cuvântul Lui. Toate promisiunile Sale devin realitate în viețile noastre numai dacă le credem. Dacă Dumnezeu spune că suntem nespus de iubiți și plini de înțelepciunea Sa, atunci așa este. Dacă El spune că suntem iertați și că planul Lui pentru viitorul nostru este bun, atunci așa este.

E timpul ca tu să fii de partea ta, adică este timpul să fii prieten cu tine însuți.

Ești cel mai mare dusman al tău?

Poate că ai ascultat ce spun alții, criticile lor, atât de mult timp, încât acum ai o părere foarte proastă despre tine însăți. Îți sugerez să te oprești din citit puțin și să te întrebi ce părere ai despre tine însăți. Îți place de tine? Observi și apreciezi talentele și abilitățile pe care ți le-a dat Dumnezeu? Știi că ești prețioasă? De dimineață, în timp ce mă plimbam, m-am întrebat care e cel mai important

lucru care m-a învățat Dumnezeu și care m-a ajutat să primesc vindecare în sufletul meu rănit. Am știut imediat că e faptul că m-a învățat să mă iubesc și să mă accept drept creație și fiică a Sa, dar și să devin prietena mea. Acest fapt mi-a schimbat viața cu adevărat și cred că la fel va fi și în cazul tău.

Am renunțat la autorespingere și am învățat să mă bucur de propria persoană. Îmi place să fiu cu mine. Astăzi voi ieși la prânz cu mine. Îmi place să petrec zile întregi cu mine. Mă rog ca și ție să-ți placă să fii cu tine. Ar trebui să înveți să fii tu însăți, să te iubești, să te bucuri de tine și să te apreciezi, fiindcă mereu vei fi tu însăți. Cu toții ne schimbăm pe măsură ce creștem și devenim tot mai asemănători lui Hristos, dar va trebui să acceptăm anumite lucruri cu privire la noi înșine, chiar dacă acele lucruri nu sunt tocmai ceea ce am fi ales pentru noi. Dacă ești mai înaltă decât ai vrea, vei fi înaltă mereu; dacă ești mai scundă, mereu vei fi scundă. Chiar dacă porți pantofi cu talpă înaltă, tot va trebui să-i descalți în cele din urmă și atunci vei fi iar scundă.

Înainte îmi doream să am o voce și o personalitate mai plăcute, pentru asta comparându-mă mereu cu alte femei care erau cum credeam că vreau să fiu și eu. Din fericire, acum am o personalitate mai plăcută, dar vocea mea e tot profundă și atrage mereu atenția. De obicei, nu vorbesc prea încet. Îmi doream să am părul mai lung și mai des, ca al uneia dintre prietenele mele, dar tot scurt și firav este. Ne putem irosi viața urând câte ceva la noi, dar e mult mai înțelept să ne gândim la atuurile noastre și la toate calitățile uimitoare cu care ne-a înzestrat Dumnezeu.

Cea mai bună decizie pe care o vei lua vreodată este să înveți să te placi așa cum ești și să devii cel mai bun aliat al tău. Oricât de mulți oameni te-ar iubi și te-ar admira, dacă tu nu te placi, nu vei fi niciodată fericită. Vreau să te întreb ceva: dacă nu-ți place propria persoană, e cumva din cauza a ceea ce crede altcineva despre tine, sau din cauza a ceea ce crezi tu despre tine însăți? Cred

cu adevărat că, dacă trăim în realitatea a cine spune Dumnezeu că suntem, vom putea trece cu ușurință peste părerile negative pe care le au ceilalți.

Apostolul Pavel a fost criticat adesea, dar el a părut să pună mai mult preț pe părerea lui Dumnezeu despre el. El a spus:

> Cât despre mine [personalitatea mea], prea puțin îmi pasă dacă sunt judecat de voi [în acest punct] sau de un scaun omenesc de judecată. Ba încă nici eu însumi nu mă mai judec pe mine.
>
> Căci n-am nimic împotriva mea, totuși nu pentru aceasta sunt socotit neprihănit: Cel ce mă judecă este Domnul [Însuși]. (1 Corinteni 4:3-4)

Frica de critică poate fi moartea măreției.

Aceste versete m-au ajutat de multe ori când nu eram mulțumită de mine însămi din cauza criticilor venite din partea altora. Am descoperit că singurul mod de a nu fi criticat niciodată este să nu faci nimic, dar chiar și atunci vei fi criticat că ești leneș și nu faci nimic.

Frica de critică poate fi moartea măreției. Când suntem criticați, e înțelept să vedem dacă cei care ne critică au dreptate, iar dacă au, atunci să le mulțumim; dacă nu au dreptate, atunci trebuie să ne rugăm pentru ei.

Împacă-te cu tine însăți

Vreau să te încurajez să te împaci cu tine însăți. Niciunul dintre noi nu suntem așa cum am vrea să fim, dar putem accepta cine suntem, făcând astfel lucruri mărețe în viață. Dumnezeu ne dă fiecăruia dintre noi câte o slăbiciune pentru ca să depindem și să avem mereu nevoie de El. Nu există oameni perfecți. Pavel s-a luptat cu slăbiciunile sale până când Dumnezeu i-a spus că

tăria Lui era perfecționată în și prin acestea. După aceea, Pavel și-a acceptat slăbiciunile, înțelegând că acestea făceau parte din personalitatea sa (2 Corinteni 12:8-9). Cuvântul lui Dumnezeu nu ne promite niciodată că vom ajunge să nu avem niciun defect sau nicio slăbiciune, ci ne promite că Dumnezeu va fi tăria noastră. Nu uita că, pentru Dumnezeu, nu e de mirare că avem defecte; El știe despre noi anumite lucruri pe care nici măcar noi nu le știm încă, dar ne iubește necondiționat.

Un psiholog căruia i-am luat interviu mai demult a spus că femeile trebuie să se împace cu coapsele lor. Multe femei au o părere greșită cu privire la modul în care cred ele că ar trebui să arate. Majoritatea dintre noi nu vom arăta niciodată ca modelele din reviste, ale căror poze au fost retușate ca să arate perfect, nici ca vedetele de cinema care sunt filmate în așa fel încât să nu li se observe niciun defect. Cred că ar trebui să ne punem în valoare cât mai bine cu putință atributele pe care ni le-a dat Dumnezeu, refuzând să ne comparăm cu altcineva. Dacă e ceva ce nu-ți place la felul în care arăți și poți face ceva în această privință, fă-o, dar dacă nu poți face nimic, atunci împacă-te cu această idee și bucură-te să fii tu însăți. Trăiești mereu cu tine însăți, deci dacă nu te placi, atunci vei fi nefericită.

Să zicem că fața unei femei e plină de pistrui, dar ea nu vrea să aibă pistrui. Poate că-și dorește să devină actriță și crede că pistruii ei sunt un defect prea mare de trecut cu vederea, așa că nu-și urmează visul niciodată și devine neîmplinită în viață deoarece nu face ceea ce era menită să facă. Știai că una dintre cele mai celebre actrițe pe care le cunosc avea pistrui? Ea se numea Doris Day. Ea era absolut superbă în filmele sale și nimeni nu băga în seamă pistruii. Cred că nimeni nu i-a observat tocmai fiindcă nu a făcut mare caz din asta. Ea și-a urmat visul și a reușit. Poate că dacă nu ne-am concentra atât de mult asupra defectelor noastre, nici ceilalți nu le vor remarca.

În calitate de creștini, ni se spune să fim smeriți, dar o persoană care e smerită cu adevărat nu se subapreciază și nici nu consideră că nu e la fel de bună ca ceilalți. Persoana smerită știe cine e în Hristos și mai știe că orice lucru bun pe care-l poate face este un dar de la Dumnezeu; aceasta nu se consideră mai bună decât alții, dar nici mai rea. De fapt, o persoană cu adevărat smerită nu-și petrece timpul gândindu-se la ceea ce e în regulă sau în neregulă cu ea însăși pentru simplul motiv că nu se gândește la ea însăși în mod excesiv. Aceasta nu este preocupată în mod exagerat de felul în care arată, sau ce cred oamenii despre ea și nici nu vrea să fie mereu prima la toate. Aceasta este liberă să fie cine vrea să fie și să facă ce e mai bun pentru Dumnezeu. Noi nu suntem nimic fără Hristos, dar, prin El, putem face orice! Isus îi primește pe oamenii cu defecte și Îi place să lucreze prin ei.

Agonia îndoielii de sine

Când avem o părere proastă despre noi înșine, nu ne prea simțim în măsură să luăm decizii. Putem cădea cu ușurință în agonia îndoielii de sine, ajungând să ne îndoim de noi înșine cu privire la tot ce gândim, ce simțim, ce decidem. Nimeni nu are dreptate mereu, dar nici nu greșește mereu, deci trebuie să învățăm să urmăm înțelepciunea divină, iar apoi să avem încredere că vom lua decizii bune.

Ți se întâmplă să iei o decizie, ca apoi să te întrebi încontinuu dacă ai luat decizia corectă sau nu? Te răzgândești des, fiind indecisă, neștiind ce decizie să iei și stresându-te cu privire la care ar fi cea corectă? Când trebuie să luăm decizii, ar trebui să-L rugăm pe Dumnezeu să ne ajute să decidem ce e corect, iar după ce am decis, nu ar mai trebui să ezităm și să ne îndoim de decizia luată. Apostolul Iacov a spus că dacă ne îndoim de noi înșine, nu vom mai putea primi ajutorul necesar de la Dumnezeu (Iacov 1:5-6). Cu toate că e adevărat că nu fiecare decizie este și corectă,

singurul mod în care putem afla acest lucru uneori, este pur și simplu să pornim în direcția care credem că e cea mai bună, iar curând ne vom da seama dacă am avut dreptate sau nu.

Frica de a nu lua o decizie greșită te face cumva să fii nehotărâtă?

Frica de a nu lua o decizie greșită te face cumva să fii nehotărâtă? Îți dai seama că și dacă nu iei nicio decizie tot înseamnă că ai luat o decizie? Nu ne împiedicăm să nu greșim dacă refuzăm să facem ceva. Chiar dacă greșești, nu e sfârșitul lumii și măcar ai ceva de învățat din asta.

Te trezești des că îi întrebi pe ceilalți ce ar trebui să faci atunci când trebuie să iei o decizie? Cu toate că acest lucru nu e greșit și poate fi chiar folositor să ceri o părere cu privire la o decizie, să nu uităm că, atunci când îi întrebăm pe oameni ce ar face ei, e posibil ca răspunsul lor să li se potrivească numai lor, nu și nouă. Fiecare avem păreri diferite despre tot felul de lucruri și, dacă cerem părerea prea multor oameni, e posibil să devenim și mai confuzi, acest lucru nefiind deloc de ajutor. În cel mai rău caz, te face să pierzi foarte mult timp, deoarece, în cele din urmă, tot tu va trebui să iei acea decizie.

Dacă faci mereu ce cred oamenii că ar trebui să faci în loc să-ți urmezi îndemnul inimii, îți negi propria persoană și te privezi de dreptul pe care ți l-a dat Dumnezeu de a lua singură decizii.

Ai încredere în tine că ești capabilă să-ți urmezi îndemnul inimii și că știi ce e cel mai bine de făcut. Nu face niciodată ceva ce nu e în acord cu ce scrie în Cuvântul lui Dumnezeu, sau ceva ce conștiința ta îți spune că e greșit, ci amintește-ți mereu că sunt numeroase căi care te pot duce la aceeași destinație, iar Dumnezeu ți-a dat privilegiul de a decide pe ce cale vrei să apuci. Decizia pe care o iei nu e greșită doar fiindcă nu e ceea ce ar face altcineva.

Când iei o decizie ce-ți poate schimba viața, gândește-te foarte bine înainte, roagă-te în această privință, vezi ce are de spus Cuvântul lui Dumnezeu și găsește-ți pacea. Ai încredere că poți lua decizii bune. Ai încredere că Dumnezeu te călăuzește și trăiește curajos, fără teamă.

Decizia pe care o iei nu e greșită doar fiindcă nu e ceea ce ar face altcineva.

Ia decizia de a-ți fi cea mai bună prietenă a ta, în loc de cea mai rea inamică. Nu te înfrânge singură. Dumnezeu e de partea ta și El vrea ca tu să fii tu însăți. Ești o persoană cu adevărat minunată, cu un potențial uriaș, așa că începe să mergi mai departe și fii tot ce poți să fii.

CAPITOLUL 20:

VINDECAREA RĂNILOR PRODUSE DE CODEPENDENȚĂ

Eu eram medicamentul tău, iar tu erai boala mea. Eu te salvam, dar tu mă omorai!

Autor necunoscut

Nimic nu e mai dureros decât să vezi o persoană iubită suferind profund și, uneori, făcându-și rău prin comportamente greșite sau care creează dependență. Propriile noastre suflete sunt rănite atunci când vedem că cei dragi și le rănesc pe ale lor. E bine mereu să încercăm să-i ajutăm pe oamenii dragi care suferă, dar atunci când ajutorarea lor începe să ne distrugă, trebuie să ne oprim.

Propriile noastre suflete sunt rănite atunci când vedem că cei dragi și le rănesc pe ale lor.

Fratele meu, singurul meu frate, a fost un alcoolic și un drogat, iar în cele din urmă a devenit paranoic și schizofrenic din cauza consumului de droguri îndelungat. Mulți ani la rând am încercat să îl ajutăm, dar fără a avea succes pe termen lung. Părea că, atât timp cât ne dedicam viețile în totalitate ajutorării lui, se descurca bine, dar, dacă nu era supravegheat mereu, el revenea la comportamentul său anterior. L-am iubit și mi-am dorit mai mult ca orice să-l ajut, dar nu am reușit.

În cele din urmă, a trebuit să înțeleg că încercarea de a-l vindeca pe el îmi distrugea mie viața. Ultima dată când l-am înscris într-un program de tratament, el a plecat de bunăvoie și a dispărut. Din păcate, câteva luni mai târziu, am aflat că fusese

găsit mort într-o clădire părăsită. Când am aflat, am fost tentată să mă simt vinovată și să mă întreb dacă făcusem destul pentru el, dar, în adâncul inimii, știam că numai el putea lua deciziile pe care trebuia să le ia și nimeni nu-l putea ajuta dacă el nu colabora. Dacă cineva iubit ia decizii greșite și toate eforturile de a-l ajuta au fost zadarnice, ai grijă să nu devii responsabilă în mod exagerat, crezând că e datoria ta să-l salvezi.

Dacă vrei să ajuți o persoană dragă nu înseamnă că ești codependent, dar eforturile tale de a ajuta pot crea codependență, dacă nu ești atentă. Când o persoană e codependentă, înseamnă că viața sa e controlată de problemele sau deciziile greșite ale altcuiva. E posibil ca aceasta să nu știe niciodată cum îi va fi ziua, deoarece depinde de ceea ce face persoana cu probleme. Țin minte că, de multe ori, eu și Dave eram acasă și ne pregăteam să ne relaxăm după o zi grea la lucru, când eu primeam un telefon prin care eram anunțată că fratele meu era la închisoare sau că avea un comportament psihotic, iar cei care erau cu el nu știau ce să-i facă. A trebuit să ne contramandăm planurile de multe ori din cauza problemelor fratelui meu. Ar trebui să fim dispuși cu toții să ne schimbăm planurile dacă cineva are nevoie cu adevărat de ajutorul nostru, dar dacă aceeași persoană se regăsește în aceeași situație în repetate rânduri, nu e deloc bine.

Fratele meu a trăit în casa noastră timp de patru ani cât am încercat să-l ajutăm să-și îndrepte viața, dar, în cele din urmă, mi-am dat seama că, dacă încerci să ajuți pe cineva timp de patru ani și, după tot acest timp, acea persoană tot nu e mai bine, atunci mai mult ca sigur că nu vrea să se schimbe. Mulți oa meni spun că vor să se schimbe, dar nu sunt dispuși să facă ceea ce li se cere. Nimeni nu poate rezolva problemele altcuiva dacă persoana respectivă nu e dispusă să colaboreze.

Dacă ești într-o relație de codependență, cel mai greu lucru pe care îl vei avea de făcut probabil este să te îndepărtezi sau să încetezi

să-ți mai oferi ajutorul. De curând, pe când eram la cumpărături, am cunoscut o femeie care mi-a spus că era într-o relație de mai bine de șase ani cu un bărbat care avea probleme cu alcoolul. Nu era deloc fericită și știa că viața ei nu ducea niciunde, așa că mi-a cerut sfatul. De asemenea, era tristă că ei nu erau căsătoriți deoarece el nu era pregătit să-și ia un angajament pe termen lung. După numai câteva minute de când am început să stăm de vorbă, mi-am dat seama că ea primise deja sfaturi bune de la mai mulți oameni, dar încă nu voia să urmeze niciunul dintre acele sfaturi. I-am spus și eu ceea ce-i spuseseră și ceilalți, și anume că trebuia să plece de lângă el. Ea a spus: „Știu că ar trebui să o fac, dar sunt dependentă de el. Nu sunt fericită în privința lui, dar nu știu dacă pot trăi fără el!" Ea a continuat să mă angajeze în discuție, dar, indiferent de câte ori i-am spus ce trebuia să facă, răspunsul ei era încontinuu: „Știu, dar e foarte greu." Nu am putut face nimic pentru ea.

Mă întreb oare câți ani îi va mai permite să-i fure din viață și să o facă nefericită până când se va decide să îl părăsească, sau oare îl va părăsi vreodată? Mamei mele nu i-a plăcut ce făcea tatăl meu - abuzul său, faptul că bea, comportamentul violent - dar nu l-a părăsit niciodată. Îl și iubea, dar îl și ura. Ea era dependentă de el și de viața disfuncțională pe care o avea cu el. Ea învățase cum să trăiască în acel mediu și pentru ea devenise ceva normal, astfel că nu-și putea imagina că ar fi putut trăi altfel.

Trebuie să decizi singură când crezi că e timpul să te îndepărtezi de cineva, dar numai după ce te rogi destul și cântărești bine situația. Dumnezeu ne-a chemat să îi ajutăm pe oameni, chiar dacă trebuie să ne sacrificăm, dar El nu ne-a chemat să avem vieți în care să fim controlați și manipulați prin alegerile greșite făcute de alții.

Dacă sufletul ți-e rănit din cauza alegerilor greșite ale unei persoane iubite, te înțeleg și știu că suferința e profundă, dar dacă

nu pare să fie de folos faptul că încerci să ajuți acea persoană, atunci poate că i-ai fi de mai mare ajutor dacă ai înceta să încerci să o faci. Uneori credem că suntem de ajutor, dar, de fapt, îi permitem acelei persoane să ne rănească în continuare. Dacă nu poți ajuta acea persoană, măcar ajută-te pe tine văzându-ți de viață. E ceva des întâlnit ca oamenii cu probleme să nu fie dispuși să se schimbe atât timp cât au pe cineva care îi tot salvează.

Mamele și copiii lor

Am auzit că o mamă nu e niciodată mai fericită decât cel mai nefericit copil al său, iar eu vă pot confirma că este adevărat. Eu am patru copii și știu cum mă simt atunci când ei suferă. Dacă ai un copil ce are un comportament care duce la dependență, numai Dumnezeu te poate ajuta să treci prin această durere și dezamăgire. Oamenii care trec prin astfel de situații își spun că numai Dumnezeu îi ajută să meargă mai departe. El poate ajunge în locurile profunde din sufletele noastre unde nimeni altcineva nu poate ajunge. Vă îndemn să vă bazați pe El în totalitate ca să vă călăuzească, să vă vindece și să vă restaureze. Harul Său este suficient chiar și în situații care sunt mult mai dureroase decât ne-am fi imaginat vreodată.

Speranța e un foarte important factor motivațional.

Din fericire, alături de Dumnezeu, nu ne pierdem speranța niciodată, iar speranța e un foarte important factor motivațional care ne ajută să trecem prin viață așteptând ca ceva bun să se întâmple.

Dacă ai un copil suferind sau care are nevoie de vindecare și eliberare, iar sufletul ți-e obosit și suferind din cauza lucrurilor prin care ai trecut, te asigur că Dumnezeu îți poate atinge sufletul, revigorându-te și vindecându-te. Petrece-ți timpul în mod regulat în compania Domnului și cere-I să te întărească și să te vindece.

Unei mame îi e foarte greu să-și vadă copiii luând decizii greșite și să nu îi poată ajuta, știind că acele decizii îi vor face să sufere. Dumnezeu ne dă un liber arbitru, chiar dacă alegerile pe care le facem nu sunt cele mai bune, iar uneori, singurul mod în care putem învăța să ne descurcăm mai bine este să suportăm rezultatele dureroase ale alegerilor noastre greșite. Uneori, faptul că nu oferim ajutor este cel mai bun lucru pe care îl putem face.

Nu renunța niciodată la oamenii pe care îi iubești. Chiar dacă toate încercările tale de a-i ajuta au dat greș, nu uita că Dumnezeu poate face într-o clipă ce nu putem face noi într-o viață. Rugăciunile unei mame pentru copiii ei sunt foarte puternice și chiar când pare că nimic nu se va schimba, nu înseamnă că Dumnezeu nu lucrează. Chiar dacă va dura ceva timp - poate chiar mai mult - până se vor vedea rezultatele, pentru Dumnezeu, orice e posibil!

Dumnezeu poate face într-o clipă ce nu putem face noi într-o viață.

Când nu mai deții controlul și-ți place

Mare parte din durerea și suferința noastră e provocată de încercarea de a controla oamenii și situațiile pe care nu le putem controla. De obicei, majorității părinților le e greu să recunoască faptul că le place să controleze dacă o fac, inclusiv mie, dar eu cred că putem învăța să nu mai deținem controlul și să ne placă! Putem ajunge să ne placă libertatea pe care ne-o oferă acest lucru și mai cred că atunci când Îi încredințăm Domnului o situație în totalitate, El va face mult mai multe decât dacă încercăm să-L „ajutăm" să-Și facă treaba. Uneori credem că suntem de ajutor, dar, de fapt, mai mult încurcăm. Însă, când ne lăsăm grija, preocuparea și temerile în seama lui Dumnezeu, El are grijă de noi (vezi 1 Petru 5:7).

De curând, am trecut prin ceva ce m-a tulburat și mi-a furat pacea și când mi-am dat seama, în sfârșit, care era adevărata

problemă care îmi provoca nefericire, Dumnezeu mi-a arătat că eu încercam să controlez ce făceau oamenii într-o anumită situație și că trebuia să încetez. Uneori, mi-e greu să îmi dau seama care e diferența între a fi responsabilă și a încerca să controlez, așa că încă mai am multe lucruri de învățat de la Dumnezeu în această parte importantă din viața mea.

Prin firea mea, sunt o persoană responsabilă, așa că îmi pot asuma cu ușurință un fals sentiment de responsabilitate. De exemplu, vreau ca toți copiii mei să aibă mare grijă de ei înșiși pentru a-și proteja sănătatea, a se simți bine și a avea o viață îndelungată. Desigur că eu cred că știu cum ar trebui să o facă. La urma urmei, mama știe cel mai bine, nu? Încă mai învăț să nu mai comentez atunci când îi văd mâncând chestii care știu că nu le fac bine sau când știu că nu dorm cât ar trebui. Uneori le pun prea multe întrebări cu privire la cât de regulat fac mișcare, sau dacă merg regulat la doctor și așa mai departe.

Când văd că încep să-și piardă răbdarea cu mine, mă gândesc mereu și le spun adesea: „Încerc numai să te ajut!" Sunt sigură că vă sună cunoscut celor care sunteți mame. Învăț în fiecare zi cum să mă rog și să-L las pe Dumnezeu să lucreze în loc să dau prea multe sfaturi, dar încă mai am mult de învățat.

De fapt, a renunța la control este un lucru eliberator. Dumnezeu nu vrea să ne controlăm decât pe noi înșine, iar acesta ar trebui să fie scopul nostru. Nu ne place atunci când cineva încearcă să ne controleze, așa că de ce ne așteptăm ca altora să le placă atunci când o facem noi?

Sunt sigură că ai auzit afirmația: „Dă drumul și lasă-L pe Dumnezeu să fie Dumnezeu" și poate că nu vrei să o auzi iar, dar e adevărul. Atunci când dăm noi drumul, Dumnezeu începe să lucreze. Nu înceta să te rogi niciodată, iar dacă Dumnezeu îți dă ocazia să oferi un sfat la timpul potrivit, atunci fă-o, dar nu încerca

mereu să-i faci să te asculte pe oamenii care nu vor să o facă. Dacă o faci, îți va fura pacea și bucuria.

Indicii că ajuți prea mult

Care sunt indiciile că e posibil să ajuți sau să oferi prea mult? Sunt câteva lucruri la care ar trebui și putem să fim atenți în viețile noastre, așa că iată câteva exemple:

Indiciul 1: E posibil să ajuți prea mult dacă nu-ți place ce faci. Cred că atunci când facem ce vrea Dumnezeu să facem, ar trebui să avem un sentiment de pace, nu de neplăcere.

Indiciul 2: Dacă ceea ce faci susține lipsa de responsabilitate și incompetență, sau dacă-l face pe cel pe care-l ajuți să depindă prea mult de tine, e un indiciu că ajuți prea mult.

Indiciul 3: Dacă te simți manipulată, atunci ajuți prea mult.

Indiciul 4: Dacă ceea ce tu ai crezut că va fi o binecuvântare de moment a devenit o obligație permanentă care acum e o povară pentru tine, e posibil să ajuți prea mult.

Indiciul 5: Dacă nu încetezi să refuzi persoana pe care o ajuți când știi în inima ta că ar trebui să o faci, atunci cu siguranță ajuți prea mult.

Indiciul 6: Dacă persoana pe care o ajuți se așteaptă ca tu să faci tot mai mult pentru ea în loc să-ți fie recunoscătoare pentru ceea ce ai făcut, atunci ajuți prea mult.

Indiciul 7: Dacă trebuie să-ți tot anulezi planurile deoarece cel pe care îl ajuți *are nevoie* de ajutorul tău, probabil că deja faci prea multe.

Verifică-ți motivele

Isus Și-a jertfit viața ca să ne ajute și ne cere ca și noi să fim o binecuvântare pentru ceilalți. Nimic nu ne face mai fericiți decât

să-i ajutăm pe alții și să le dăruim atunci când o facem în mod sănătos și din motive bine intenționate.

Unii îi ajută pe oameni doar fiindcă asta îi face să se simtă mai bine cu privire la ei înșiși. Aceștia își găsesc valoarea în a face diferite chestii pentru alții, chiar și atunci când ceea ce fac e dăunător. Mama mea făcea adesea pentru fratele meu lucruri pe care nu ar fi trebuit să le facă. O auzeam adesea spunând că îi iubea atât de mult încât nu îi putea refuza. De fapt, dacă îi iubim pe oameni cu adevărat, vom refuza dacă asta îi va ajuta mai mult decât dacă nu am face-o. Mama mea credea că-l ajută pe fratele meu, dar, de fapt, îi făcea rău.

Am văzut adesea cum el o convingea pe ea să-i dea lui medicamentele ei pentru durere sau să-i dea bani pe care ea nu și-i putea permite să-i dea. Aceste așa-zise acțiuni de bunătate nu făceau decât să-i alimenteze lui dependența.

Mama mea avea o părere foarte proastă despre sine. Ea se simțea neiubită și se simțea și vinovată deoarece îi permisese tatălui meu să mă abuzeze fără a face nimic în această privință, astfel că își ascundea sentimentele negative făcând tot felul de lucruri pentru alții. Ea ajuta fiindcă o făcea să se simtă mai bine, dar, în realitate, era o acoperire pentru problemele pe care nu le rezolvase niciodată.

O evaluare corectă a motivelor noastre poate fi dureroasă, dar poate fi unul dintre cele mai eliberatoare lucruri pe care le vom face vreodată. Ceea ce facem poate fi complet lipsit de valoare dacă motivația noastră este greșită. Încearcă să-L rogi pe Dumnezeu să ți arate de ce faci multe dintre lucrurile pe care le faci, mai ales cele care par să-ți aducă stres în viață, deci s-ar putea să te surprindă ceea ce-ți va arăta.

Nu ne prea ajută să-I cerem lui Dumnezeu să ne vindece sufletele rănite dacă continuăm să facem lucruri care ne rănesc mereu. Dumnezeu se ocupă de vindecare și se bucură să ne întregească, dar trebuie să cooperăm cu El, adică să facem tot ce ne arată El că trebuie să facem.

CAPITOLUL 21:

BINECUVÂNTĂRILE UNUI SUFLET SĂNĂTOS

Binecuvântează, suflete, pe Domnul

Și tot ce este în mine să binecuvânteze Numele Lui cel sfânt!

Binecuvântează, suflete, pe Domnul

Și nu uita niciuna din binefacerile Lui!

El îți iartă toate fărădelegile tale,

El îți vindecă toate bolile tale.

Psalmii 103:1-3

Când pornim într-o călătorie lungă și poate și incomodă, ne ajută să ne gândim la cât de minunat va fi atunci când vom ajunge la destinație. Tocmai asta vreau să facem în acest capitol.

Când Isus S-a confruntat cu chinul de a fi răstignit și de a muri pe cruce, Biblia spune că El a suportat acea suferință de dragul premiului ce-I stătea înainte (Evrei 12:2). Cred că El se gândea la înviere și la toate beneficiile pe care aveau să le primească toți copiii lui Dumnezeu. El era nerăbdător să se întoarcă acolo unde Îi era locul, adică la dreapta Tatălui Său în cer, unde stătuse înainte de a veni să plătească pentru păcatele noastre și să ne ofere o viață nouă în și prin El. Dacă privim spre capăt încă de la începutul unei călătorii dureroase, ne va ajuta să nu dăm înapoi atunci când va fi mai greu. Din moment ce e posibil să nu fi făcut încă această călătorie, poate că nu știi câte binecuvântări te așteaptă, astfel că

sper să te ajut să vezi ce te așteaptă în timp ce vei colabora cu Dumnezeu pentru a avea un suflet sănătos.

Te face să te simți rău un suflet rănit? Cu toate că nu toate bolile sunt provocate de rănile din sufletul nostru, unele dintre ele sunt. Mulți oameni au parte de vindecare fizică după ce li se vindecă sufletele. Multă suferință și multe boli sunt provocate de stresul pe care îl avem dar care nu face parte din planul lui Dumnezeu. El vrea să avem pace și bucurie, ambele ajutându-ne să avem o sănătate bună, dar diavolul vine numai ca să omoare, să fure și să distrugă (Ioan 10:10).

Apostolul Ioan s-a rugat astfel:

> Preaiubitule, doresc ca toate lucrurile tale să-ți meargă bine și sănătatea ta [trupul tău] să sporească tot așa cum [știu că] sporește sufletul tău (3 Ioan 1:2).

În acest verset, vedem o legătură între vindecarea sufletului nostru și cea a trupului. Cu cât mai bine se simte sufletul nostru, cu atât mai bine se va simți și trupul nostru.

Mulți ani mă simțeam obosită mai mereu, nu dormeam bine și în fiecare zi aveam dureri de cap și alte probleme. Pot declara cu sinceritate că, cu cât mai mult mi se vindeca sufletul și se umplea cu pace și bucurie, cu atât mai sănătoasă eram. Ceea ce se află în noi va încerca să se manifeste la suprafață, astfel că dacă sufletul nostru suferă, adesea se va observa și în trup și, la fel, dacă avem pace în suflete, acest fapt se va observa și în trupul nostru.

Dumnezeu ne învață că o inimă veselă e ca un medicament în viețile noastre (Proverbele 17:22). Versetul pe care l-am prezentat la începutul acestui capitol spune adevărul. Atunci când sufletul nostru Îl poate binecuvânta pe Domnul, vom fi eliberați de păcat și de nefericirea provocată de acesta, iar asta poate include și vindecarea bolilor noastre.

Mă îndoiesc că înțelegem cum trebuie efectele negative pe care abuzul și stresul mental și fizic le au asupra sănătății noastre. Până la 18 ani, aveam deja probleme de natură fizică și acest lucru nu e deloc surprinzător ținând cont de toate lucrurile prin care trecusem deja până la acea vârstă. Pot spune cu sinceritate că cu cât aveam mai multă pace, cu atât mai bine mă simțeam și pe plan fizic. Stresul emoțional ne stoarce de energia de care avem nevoie în viața de zi cu zi.

Stresul emoțional ne stoarce de energia de care avem nevoie în viața de zi cu zi.

Poate că nu ți-ai dat seama niciodată cât de mult îți afectează trupul starea sufletului, dar cele două sunt în strânsă legătură și se afectează unul pe altul în mare măsură. Prin urmare, două dintre lucrurile spre care poți privi cu nerăbdare pe măsură ce-ți continui călătoria de vindecare sunt o sănătate mai bună și mai multă energie.

Atunci când Isus se afla pe pământ, El îi vindeca des pe oameni de bolile lor, și continuă să fie și acum Vindecătorul nostru. Cred că vindecarea vine numai de la Dumnezeu. El poate lucra prin intermediul tehnologiei medicale pentru care i-a dat cuiva înțelepciunea necesară ca să o inventeze, sau poate că ne arată ce trebuie să schimbăm pentru a ne vindeca trupul, sau poate lucra în mod miraculos, făcând ceea ce nimeni altcineva nu poate face.

Una dintre cele mai des întâlnite cereri de rugăciune pe care le primim la biroul nostru este pentru vindecare și, dacă ai nevoie de vindecare fizică, vreau să te încurajez să te încrezi în Dumnezeu că va lucra în trupul tău, dar și în sufletul tău. În timp ce aștepți să fii vindecată, e înțelept să ajuți alți oameni care au nevoie de ajutor. Adesea, observ că, chiar dacă nu îmi pot rezolva problema, Dumnezeu îmi dă abilitatea de a ajuta pe altcineva. Atunci când îi ajutăm pe alții, semănăm sămânța care va aduce un rod de binecuvântare în viețile noastre. Citiți următoarele trei versete și cred că veți fi de acord cu ce scrie în ele:

> Ferice [fericit, norocos, de invidiat] de cel ce îngrijește de cel sărac, căci în ziua nenorocirii Domnul îi izbăvește;
>
> Domnul îi păzește și-l ține în viață. El este fericit pe pământ și nu-l lași la bunul plac al vrăjmașilor lui.
>
> Domnul îi sprijină când este pe patul de suferință: îi ușurezi durerile în toate bolile lui (Psalmii 41:1-3).

Încredere

Încrederea este un alt efect secundar al unui suflet vindecat. Dumnezeu vrea să fim siguri de iubirea Lui pentru noi și să credem că putem face tot ce trebuie să facem în viață, atât timp cât știm cine suntem în El.

> Pot totul în Hristos, care mă întărește [Sunt pregătit pentru orice și dispus de orice prin El, Cel care îmi dă forță interioară; îmi sunt autosuficient în suficiența lui Hristos.] (Filipeni 4:13)

Niciodată nu mă satur să meditez la acest verset. Promisiunea pe care o conține este uimitoare! Putem fi transformați, încetând să mai trăim cu teamă și trăind în schimb cu siguranța să suntem pregătiți de orice în viață.

Nu ar trebui să ne încredem în ceea ce putem face *noi*, ci în ceea ce poate face *Isus* prin noi. Faptul că știm sigur că suntem iubiți necondiționat ne dă curaj să facem lucruri pe care, altfel, ne-am teme să le facem. Învățăm că și atunci când facem greșeli, Dumnezeu tot ne iubește și e pregătit să ne ajute. Proverbele 24:16 ne spune că un om neprihănit cade de șapte ori și se ridică de fiecare dată.

Chiar dacă primim lovituri în viață, dacă suntem în Hristos și sufletul ne e sănătos, atunci ne vom putea reveni întotdeauna.

Dacă zaci în durerea și suferința ta, privind de pe margine cum viața ți se desfășoară, e timpul să te ridici și să o pornești din nou la drum.

Încrederea te face să crezi *că poți* în loc să te temi că nu poți. Orice ar crede ceilalți despre tine, nu contează decât ce crezi *tu*. Henry David Thoreau a spus: „Părerea publică e un tiran slab în comparație cu părerea personală. Ceea ce crede omul despre el însuși va decide, sau, mai bine spus, va indica în ce fel va arăta viața lui."[25]

Orice ar crede ceilalți despre tine, nu contează decât ce crezi tu.

Tatăl meu mi-a spus că nu se va alege nimic de mine și, atât timp cât l-am crezut, a avut dreptate. Însă, când Dumnezeu mi-a arătat că pot face totul în Hristos, mi-am dat seama că tatăl meu se înșela cu privire la ce-mi spusese. Mulți oameni se înșală când spun ceva despre tine. Nu lăsa ca ceea ce cred sau spun oamenii despre tine să-ți decidă soarta.

Oamenii încrezători își asumă riscuri și încearcă tot felul de lucruri în loc să presupună plini de teamă că vor da greș înainte de a încerca măcar.

Amandei îi place de Bob, dar se teme că lui nu îi place de ea. Ea este nesigură și îi lipsește încrederea, iar povestea vieții ei a fost mereu că niciodată nu a făcut ce-i place; în schimb, se scufundă în teamă. Amandei i-ar plăcea să se ducă să stea de vorbă cu Bob. I-ar plăcea să-i facă un compliment cu privire la vreuna dintre calitățile pe care a văzut că le are, dar se teme că va fi respinsă. Teama ei de respingere o face să se poarte ca o lașă față de el, iar el crede că ea nu e prietenoasă și greu de cunoscut. Ghiciți ce se întâmplă? Ea îl ignoră, el o ignoră, iar teama ei devine realitatea ei. Ea se învârte în acest cerc în viața ei continuă, iar Amanda e nefericită.

Nu trebuie să fie deloc așa. Ce poate face Amanda ca să schimbe lucrurile? Pentru început, ar putea crede că Dumnezeu o iubește și, datorită acestei iubiri, poate fi încrezătoare. De asemenea, trebuie să-și schimbe modul în care și vorbește. Toată viața s-a convins să nu facă diferite lucruri, dar poate schimba acest lucru și să se convingă să facă tot felul de chestii.

Știința începe să descopere ceea ce ne-a spus Dumnezeu mereu: ceea ce crede omul în inima sa, aceea va și deveni (Proverbele 23:7).

Danu Anthony Stinson, psiholog la Universitatea Victoria, a spus: „Autoafirmarea [contemplarea valorilor personale centrale identității cuiva] pare a oferi un fel de tampon psihologic pentru oamenii nesiguri, permițându-le să renunțe la temerile sociale și la nesiguranță și să se poarte într-un mod mult mai călduros și prietenos."[26]

Din păcate, multe femei și fete își bazează încrederea pe felul în care cred ele că arată și apoi decid că arată acceptabil sau nu în funcție de părerea societății. Eu cred că Dumnezeu a creat toate lucrurile să fie frumoase și, din moment ce El ne-a creat, fiecare suntem frumoși în felul nostru. Doar fiindcă nu arătăm ca altcineva nu înseamnă că nu suntem frumoși. Probabil ai auzit că adevărata frumusețe vine din interior și chiar cred că așa este. Ne preocupăm mult prea mult de anumite părți ale trupului nostru și nu suficient de mult de persoana noastră ascunsă a inimii despre care vorbește Dumnezeu în Cuvântul Său.

> Podoaba voastră să nu fie [doar] podoaba de afară, care stă în împletitura [elaborată] părului, în purtarea de scule de aur sau în îmbrăcarea hainelor,
>
> ci să fie omul ascuns al inimii, în curăția nepieritoare a unui duh blând și liniștit, care este de mare preț înaintea lui Dumnezeu (1 Petru 3:3-4).

Mi-am schimbat hainele de cel puțin trei ori înainte de a ieși din casă numai ca să fiu sigură că totul arată perfect. Cu toate că nu e nimic greșit în a arăta bine, Dumnezeu a trebuit să mă tragă de mânecă de câteva ori pentru a-mi reaminti că nu trebuie ca ținuta din ziua respectivă să fie cea care mă face să fiu încrezătoare.

Conform unui articol realizat de Proiectul „Self-Esteem" condus de Dove, există o criză serioasă de stimă de sine printre fetele din această țară.[27]

- 62% dintre toate fetele se simt nesigure și nu au încredere în ele.
- 57% dintre fete au o mamă care le critică înfățișarea.
- 71% dintre fetele ce au o stimă de sine scăzută simt că înfățișarea lor nu e potrivită, ele simțind că nu sunt destul de frumoase, destul de slabe, destul de la modă.
- Stima de sine a unei fete e mai strâns legată de modul și părerea ei despre propriul corp și despre propria greutate corporală decât de *adevărata* ei greutate corporală.
- 61% dintre tinerele adolescente cu o stimă de sine scăzută se desconsideră.
- 25% dintre fetele cu stimă de sine scăzută spun că sunt implicate în activități negative, precum mâncatul excesiv, tăierea, fumatul sau băutura, atunci când nu se simt bine în propria piele.

E trist atunci când fetele și femeile își petrec viața încercând să își capete încrederea în modul în care arată fiindcă, oricât de bine am arăta, mereu va fi cineva care va arăta mai bine, conform standardelor lumii. Încrederea și frumusețea noastră se regăsesc în cunoașterea lui Hristos și în faptul că încercăm să devenim ca El.

Vindecarea ta îți afectează familia și prietenii

Așa cum oamenii din viața noastră sunt afectați de către sufletele noastre rănite, ei pot fi afectați și de către vindecarea

noastră. Dacă ții minte acest lucru mereu, te va ajuta să mergi mai departe spre victorie în zilele în care te simți tentată să te dai bătută. Eu nu voiam ca rănile mele să le facă rău celor pe care îi iubeam, dar au făcut-o. Sunt bucuroasă să spun că vindecarea mea, acum îi ajută pe oameni.

Relațiile sunt o parte importantă din viața noastră și toți vrem să avem parte numai de relații bune. Însă acest lucru este foarte dificil dacă trăim cu răni, cicatrici și suferință în interior. Chiar dacă nu vrem să le facem rău oamenilor, tot o facem. Aceasta deoarece noi exprimăm ceea ce se află în interiorul nostru.

Mă bucur că am reușit să merg mai departe nu numai pentru mine, ci și pentru familia mea, prietenii mei și pentru toți oamenii asupra cărora am vreun impact în viața de zi cu zi. Oriunde mergem, avem impact asupra oamenilor. Acasă, la școală, la lucru, la biserică sau în cartierul nostru, peste tot le facem o anumită impresie oamenilor. Faptul că zâmbesc sau nu, cumva îi creează o impresie acelei persoane cu privire la părerea pe care o are despre mine. Dacă sunt descurajată și deprimată din cauza durerii și nefericirii mele, mai mult ca sigur că nu voi zâmbi și nici nu voi fi prietenoasă, dar altfel ar fi dacă aș fi vindecată și fericită. Un simplu zâmbet adresat altei persoane o poate face să se simtă mult mai bine cu privire la propria persoană. Chiar dacă avem un scurt contact cu ceilalți, putem lăsa o impresie de durată. Chiar dacă oamenii nu-și vor aminti ce le-am spus, tot își vor aminti cum i-am făcut să se simtă. Cu cât mai bine te simți în propria piele, cu atât mai bine îi vei face pe alții să se simtă în propria piele.

Cu cât mai bine te simți în propria piele, cu atât mai bine îi vei face pe alții să se simtă în propria piele.

Am analizat trei dintre beneficiile unui suflet vindecat și sănătos, dar mai sunt alte sute. Te încurajez să analizezi toate lucrurile bune care te așteaptă. Dumnezeu îi răsplătește mereu pe cei ce-L

caută neîncetat (Evrei 11:6). Samuel Johnson a spus: „Ceea ce sperăm mereu să facem cu ușurință trebuie să facem mai întâi cu sârguință."[28] Pentru a face lucrurile în alt mod e nevoie de sârguință, dar știu din proprie experiență că ceea ce ți se poate părea aproape imposibil acum într-o zi, va deveni foarte ușor dacă nu renunți.

CAPITOLUL 22:

CĂRAREA LIPSITĂ DE SUFERINȚĂ

Ceea ce vine cu ușurință nu va dura, dar ceea ce durează nu vine cu ușurință.

Autor necunoscut

Dacă ai fi văzut titlul acestui capitol înainte de a începe să citești cartea, probabil că l-ai fi citit pe acesta prima dată, deoarece majoritatea dintre noi caută o cale lipsită de suferință. Tocmai de aceea cineva poate spune la televizor într-o reclamă că, dacă iei o anumită pastilă de trei ori pe zi, grăsimea ți se va topi de pe corp, iar astfel acea persoană ajunge să vândă milioane de tuburi cu acele pastile. Latura noastră firească vrea mereu să scape cât mai ușor, dar nu vreau să îți dau speranțe false, așa că îți voi spune deschis că, dacă sufletul tău a fost profund rănit din cauza abuzului, respingerii, pierderii, abandonului, bolii cronice sau a oricărui alt lucru, atunci călătoria ta spre vindecare nu va fi lipsită de durere. Însă, după ce vei fi vindecată, vei putea păstra vindecarea, bucurându-te de ea tot restul vieții.

Isus ne-a spus că în viață există o cărare îngustă și una largă pe care putem merge. El ne sfătuiește să o alegem pe cea îngustă, iar descrierea lui *îngust* ne arată că e mult mai greu de mers pe aceasta.

> Intrați pe poarta cea strâmtă. Căci largă este poarta, lată este calea care duce la pierzare și mulți sunt cei ce intră pe ea.
>
> Dar strâmtă (adunată prin presiune) este poarta, îngustă este calea care duce la viață și puțini sunt cei ce o află (Matei 7:13-14).

Cărarea cea largă e cea care pare cea mai ușoară, cu toate că, în cele din urmă, aflăm că nu ne duce acolo unde vrem să mergem. Dacă stăm pe cărarea cea largă, despre care Isus spune că duce la distrugere, avem destul loc pentru bagajul nostru trupesc, dar pe cărarea cea îngustă nu avem. Însă cărarea cea îngustă duce la o viață ce merită trăită.

La ce anume mă refer prin „bagaj trupesc". Adică noi continuăm să ne purtăm ghidați de dorințele noastre trupești în loc să învățăm să ne lăsăm călăuziți de Isus. Facem numai ce vrem noi, în loc să facem ce ne spune El să facem.

Noi suntem ființe triunitare: avem un duh, un suflet și trăim într-un trup. Când Biblia se referă la „carne", vorbește despre trup și suflet (minte, voință și emoții) împreună. Carnea e diferită de duh. Când ne naștem din nou (Îl primim pe Hristos prin credință), Isus intră în viețile noastre, iar duhul nostru e umplut cu Duhul Sfânt, care caută să ne călăuzească în viață. Dumnezeu vrea să alegem ceea ce e corect, dar nu ne obligă niciodată să o facem.

Pavel i-a îndemnat pe credincioși să „umble" în duh și nu în trup. Duhul este sfânt și bun, dar trupul este plin de înclinații spre rău. Dacă, de exemplu, o credincioasă se lasă ghidată de îndemnurile trupești atunci când cineva o supără, ea se va lăsa călăuzită de sentimente și va alege să fie mânioasă, purtând ranchiună și poate chiar vrând să se răzbune. Pe de altă parte, dacă o credincioasă acționează călăuzită de Duh, ea nu va ceda tentației de a se enerva și va alege să ierte rapid. Ea nu ia neapărat această decizie pentru că ar fi ușoară, sau fiindcă ar crede că aceasta ar fi varianta corectă sau simte că asta vrea să facă, ci ia această decizie fiindcă asta vrea Dumnezeu. Asta înseamnă să umbli în Duh și nu în trup.

Când luăm decizii corecte, conforme voii lui Dumnezeu, pășim pe cărarea cea îngustă și nu pe cea largă. Atunci când luăm decizia de a călători cu Hristos pe cărarea cea îngustă, observăm

că, adesea, cărarea devine tot mai îngustă pe măsură ce înaintăm pe ea și, de nevoie, trebuie să scăpăm de diferite obiecte din bagajul trupesc pentru a putea rămâne pe această cărare. Atunci când oamenii vorbesc despre alți cunoscuți care au temperamente dificile, sunt foarte nesiguri, vor să-i controleze pe alții sau sunt călăuziți de teamă, adesea îi aud spunând: „Au mult bagaj!"

Duhul Sfânt ne arată ce bagaje să lăsăm în urmă dacă vrem să ne continuăm călătoria alături de El pe cărarea cea îngustă. O femeie care a participat de curând la una dintre conferințele mele mi-a spus: „Joyce, Dumnezeu m-a pus la zid în dimineața asta!" Ce voia să spună? Mi-a povestit că făcea un studiu biblic cu un grup de femei și că tema ei pentru acea săptămână fusese să asculte o predică pe CD ținută de autorul acelui studiu biblic. Ea mi-a spus cu fața roșie de emoție: „Dumnezeu mi-a arătat foarte clar că era timpul să încetez să mai controlez eu situațiile și să-L las pe El să lucreze în viața mea."

Când a spus că Dumnezeu „a pus-o la zid", voia să spună că El i-a arătat că ea trebuia să renunțe la bagajul de a încerca să controleze situații și oameni dacă voia să avanseze în vreun fel pe cărarea pe care se afla. Felul de înțelegere la care făcea referire această femeie este ceea ce Biblia numește revelație. E ceva mult mai profund decât ceea ce noi numim în mod normal cunoaștere. Aceasta ne afectează mai profund, arătându-ne cu certitudine ce trebuie să facem mai departe.

Un tânăr m-a sunat de dimineață și când i-am văzut numele afișat pe telefon, eram sigură că știam ce vrea. El îmi scrisese un e-mail dur într-un moment în care suferea profund fiindcă tocmai își pierduse tânăra soție în lupta cu cancerul. Noi l-am ajutat foarte mult, dar, în cele din urmă, el a simțit că noi am dat greș și că l-am abandonat. E-mailul pe care mi-l trimisese nu-i stătea deloc în fire, așa că nu am fost doar rănită, ci și surprinsă. Eu mă rugasem de câteva luni ca el să-și ceară scuze și pot spune sincer că îmi

doream mai mult pentru el acest lucru decât pentru mine. Știam că trebuia să se căiască și că, dacă nu o făcea, mai devreme sau mai târziu, acțiunile sale aveau să-i fie o piedică.

Când am răspuns la telefon, el mi-a spus imediat că îi părea foarte rău pentru e-mailul pe care mi-l trimisese și că își dăduse seama că doar căuta pe cineva pe care să dea vina, sperând că astfel nu va mai suferi. Am vorbit puțin și el mi-a spus că era foarte stresat fiindcă încercase să facă anumite lucruri, dar simțea că avea un blocaj și nu mai primea ungerea lui Dumnezeu (puterea și prezența Sa) și că, în timp ce se ruga, întrebându-L pe Dumnezeu care era problema, i s-a revelat faptul că trebuia să se căiască pentru e-mailul pe care-l trimisese și pentru atitudinea avută atunci când îl trimisese.

M-am bucurat că și-a cerut scuze fiindcă nu voiam ca relația noastră să fie una tensionată, dar eram încântată și pentru el fiindcă știam că acest lucru avea să-i permită acum să meargă mai departe.

A face ce e bine atunci când pare a fi greșit, reprezintă calea spre progres.

Atunci când vrem cu adevărat să Îl auzim pe Dumnezeu, El ne va vorbi, dar e posibil să nu ne placă întotdeauna ce vom auzi. De obicei, vrem ceva ușor de făcut, dar Dumnezeu vrea să ne dea harul (ușurința) de a face lucruri cu adevărat grele. A face ce e bine atunci când pare a fi greșit, reprezintă calea spre progres.

De curând, lucram cu antrenorul meu personal și tot ce făceam în acea zi mi se părea foarte greu. Toate greutățile păreau mai grele decât de obicei și abia așteptam să termin antrenamentul. Eu am spus: „Astăzi este foarte greu." El mi-a răspuns: „Dacă ar fii ușor, atunci nu ai avea destul progres." Nu a fost ceea ce am vrut să aud, dar gândul că făceam progres a făcut disconfortul mai ușor de îndurat.

Chiar este totul gratuit?

Atunci când auzim cuvântul *gratuit*, ne bucurăm. Să vezi numai cum reacționează oamenii la conferințele noastre dacă luăm câteva cărți și CD-uri cu predici și le spunem că le vom oferi gratuit câtorva oameni! Cei care de obicei sunt destul de rezervați, atunci își pierd orice rezervă și fug spre scenă, sperând să se numere printre cei aleși să primească ceva gratuit.

Dacă le oferim o broșură gratuită în cadrul emisiunii noastre televizate celor care sună să o ceară, atunci numărul apelurilor primite în acea zi va fi de 10 ori mai mare. Ne bucurăm de ceva ce credem că este gratuit, dar nimic nu este gratuit cu adevărat. Chiar dacă noi primim gratuit un lucru, înainte de a ajunge la noi, acel lucru a costat pe cineva ceva pe parcurs. Biblia spune că suntem mântuiți și eliberați de păcatele noastre prin harul *gratuit* (Efeseni 2:8). Mântuirea noastră o primim gratuit, dar pe Isus L-a costat chiar viața Sa.

Calea lipsită de suferință nu e cea mai bună pe care să o căutăm, căci, chiar dacă am găsi vreuna, probabil că nu am ajunge acolo unde vrem. Eu apreciez enorm viața pe care o am acum tocmai fiindcă a fost dureros de obținut. A fost nevoie de efort, sârguință și dorința de a merge mai departe chiar și atunci când totul în mine voia să renunț. Vindecarea mea de abuz și rănile datorate acestuia, nu a fost una ușoară. Aceasta a durat mai mult decât mă așteptam și a fost mai grea decât credeam, dar nu am cuvinte să vă spun cât de minunată și plăcută este.

Cred că cineva poate aprecia cu adevărat libertatea numai atunci când a suferit mult ca să o obțină. De obicei, avem mai multă grijă și apreciem mai mult lucrurile care ne-au costat cel mai mult. E posibil să trebuiască să depui efort ca să te eliberezi de sufletul tău rănit, dar vei ajunge să apreciezi această libertate mai mult decât îți poți imagina.

Nu-mi pot imagina cum ar fi fost viața mea dacă nu aș fi ales calea cea îngustă. Mă îndoiesc că ar fi putut cineva să mă suporte mult timp, așa că probabil aș fi ajuns să mă căsătoresc de mai multe ori decât Zsa Zsa Gabor, iar ea a fost căsătorită de nouă ori. Copiii mei nu m-ar fi plăcut prea mult, poate chiar deloc. Nu aș avea nici prieteni și aș fi dus o viață plină de singurătate și disperare. Dave spune adeseori că parcă ar fi fost căsătorit cu vreo 20 de femei fiindcă, de fiecare dată când Dumnezeu mă schimba, el primea o versiune mai bună a mea. Pe cărarea îngustă devii tot mai bun, dar pe cărarea cea largă fie rămâi la fel, fie devii mai rău.

Rămâi pe cărarea îngustă chiar și atunci când pare greu. Duhul Sfânt te va călăuzi ca să mergi la pasul potrivit pentru tine și, pe parcurs, vei putea aprecia și celebra fiecare victorie obținută. Nu cumva să faci greșeala de a te uita numai la cât mai ai de parcurs din drum la ceea ce crezi că nu e în regulă la tine. Pentru Dumnezeu nu contează decât să fii dispusă să faci această călătorie și să progresezi câte puțin în fiecare zi.

Reparații rapide

Ne place atunci când lucrurile stricate sunt reparate rapid, dar, cu Dumnezeu, nu prea merg reparațiile rapide. De obicei, credem că Dumnezeu acționează destul de lent, dar El o face deoarece Îl preocupă mai mult calitatea și profunzimea decât reparațiile rapide.

Noi ne rugăm adesea: „Doamne, Te rog să mă faci să am răbdare și fă-o chiar acum!" Biblia spune că „răbdarea trebuie să-și facă desăvârșit lucrarea, pentru ca să fiți desăvârșiți, întregi și să nu duceți lipsă de nimic." (Iacov 1:4) Dumnezeu are în minte rezultatul final, El fiind dispus să facă tot ce e necesar, oricât de mult ar dura, pentru ca noi să Îi împlinim acel obiectiv.

O ciupercă poate crește peste noapte, dar unui stejar imens sau unui arbore de sequoia îi ia mai mult timp. Întrebarea este:

vrem să fim o ciupercă, sau un uriaș copac al neprihănirii, care nu încetează nicicând să dea roade bune (Ieremia 17:8)? Domnul nostru Isus a petrecut 30 de ani pregătindu-Se pentru o lucrare ce a durat trei ani, dar puterea celor trei ani va rezista în veci. Iosif s-a pregătit timp de 13 ani pentru rolul său de premier al Egiptului, după care Dumnezeu l-a folosit pentru a salva mulți oameni de la moarte în timpul foametei.

Diamantele sunt printre cele mai apreciate nestemate de pe pământ, dar acestea se formează foarte lent, la temperaturi ridicate, sub acțiunea unei presiuni uriașe, fiind îngropate în profunzimea pământului. Geodele sunt roci care arată urât pe dinafară, dar foarte frumoase pe dinăuntru, căci în interior au cristale de diferite culori.

Putem folosi exemplul diamantelor și al geodelor atunci când ne gândim și la noi. Atunci când ne începem călătoria de vindecare și reîntregire alături de Dumnezeu, caracterul nostru nu e prea atrăgător, dar în interiorul nostru (în duhul nostru), acolo unde sălășluiește Duhul Sfânt, există multă frumusețe și potențial spre bine. Ne va lua mult timp ca să trecem prin procesul de transformare pentru ca lucrarea pe care a făcut-o Dumnezeu în interiorul nostru să se reveleze în viața noastră exterioară. Pe parcurs, vom fi supuși la o căldură uriașă și la presiune pentru a putea sparge învelișul exterior și pentru ca ceea ce e în interior să poată fi scos la suprafață. Însă, atunci când lucrarea va fi încheiată, vom rămâne uimiți de schimbarea uimitoare pe care a făcut-o Dumnezeu în noi.

Acest citat din *Othello*, scris de William Shakespeare, rezumă ceea ce vreau eu să spun:

> Cât de săraci sunt cei ce n-au răbdare! Oare ce rană nu
> s-a vindecat decât treptat?[2]

Rănile noastre se vindecă treptat. E nevoie de timp și de insistență pentru a face ceea ce e corect pentru a îngriji rana așa cum trebuie. Dacă cineva are o rană și se duce la doctor, acesta e posibil să-i prescrie vreo alifie, spunându-i pacientului să mențină rana curată, să aplice alifia de două ori pe zi și să bandajeze rana. De asemenea, rețeta pentru alifie poate fi reînnoită dacă e nevoie. Nu ne așteptăm ca, după ce venim acasă și aplicăm alifie o singură dată, rana să se și vindece. Știm că va fi un proces care va dura și că va trebui să avem răbdare.

Același principiu e valabil atât pentru rănile emoționale, cât și pentru cele fizice. Trebuie să fim răbdători și să continuăm să facem ceea ce ne spune Dumnezeu, iar, treptat, rănile noastre se vor vindeca. Chiar dacă practicarea răbdării poate fi amară, rodul adus de aceasta este foarte dulce.

Alege-ți suferința

Majoritatea dintre noi am prefera să avem o viață lipsită de suferință, dar când vine vorba să alegem să-L lăsăm pe Dumnezeu să ne vindece rănile sau să rămânem așa cum suntem, trebuie să ne alegem și suferința. Vrei suferința temporară a progresului, sau suferința veșnică, dacă rămâi la fel?

Vrei suferința temporară a progresului, sau suferința veșnică, dacă rămâi la fel?

Mi se pare că suferința de orice fel e mai ușor de suportat dacă știu că aceasta duce la ceva bun. De exemplu, am ales să renunț la mânie și să-i iert pe cei care m-au rănit, deoarece știam că astfel voi fi binecuvântată să am pace și să împlinesc voia Domnului. Uneori dau mai departe lucruri pe care mi-ar plăcea să le păstrez, numai fiindcă știu că dărnicia oferă bucurie și îmi aduce o recoltă bogată în viață. Dacă stai bine să te gândești, toți luăm numeroase decizii în fiecare zi care presupun ca noi să renunțăm la ceva ce ne dorim doar pentru a avea ceva ce ne dorim și mai mult.

Sunt sigură că și tu iei adesea câte o decizie care, pe moment, nu e deloc ușoară și nici plăcută, fiindcă îți dai seama că aceasta îți va aduce bucurie. Chiar dacă nu e ușor să-L lași pe Dumnezeu să deschidă toate rănile din sufletul tău ca să ți le vindece pentru ca să te poți bucura de viața pentru care Isus a murit ca tu să o ai, dar e cu mult mai greu să trăiești cu răni.

Am văzut un film despre o femeie care a fost înșelată de un bărbat pe care îl iubea și, de fiecare dată când îl vedea, sau de câte ori îi auzea numele, se simțea plină de amărăciune și devenea nervoasă. El a rugat-o să-l ierte, dar ea a simțit că nu o putea face. Un pastor vorbea cu ea despre situația respectivă și i-a spus: „Dacă te-ar durea foarte tare un dinte și singura opțiune este să-l scoți, nu are niciun rost să amâni din cauza suferinței care știi că te așteaptă."

Acțiunea din film avea loc prin anii 1800, înainte ca dentiștii să folosească anestezice, deci mă gândesc că era destul de dureros să ți se scoată un dinte. Însă pastorul i-a amintit că, chiar dacă extragerea unui dinte durea puțin, dacă nu renunța la acel dinte, durerea nu ar mai fi încetat. El a spus: „Dacă îl ierți pe bărbatul care te-a rănit, ar fi ca și cum ți-ai scoate un dinte care doare. O faci ca să scapi odată de el și să-ți vezi mai departe de viață."

Cărarea îngustă nu e lipsită de suferință, dar pe aceasta Îl ai mereu pe Isus alături. Aceasta e cărarea pe care a ales și El să meargă, de aceea ne îndeamnă să o alegem și noi. Te așteaptă o victorie măreață și fiecare pas pe care-l faci în direcția cea bună te va duce tot mai aproape de aceasta. Îți cer numai să-ți deschizi fiecare încăpere a inimii tale pentru Dumnezeu și să ai încredere că El le va umple cu lumină, iubire și bucurie.

CAPITOLUL 23:

MARELE SCHIMB

Duhul Domnului Dumnezeu este peste Mine,
căci Domnul m-a uns
să aduc vești bune celor nenorociți:
El m-a trimis să vindec pe cei cu inima zdrobită,
să vestesc robilor slobozenia
și prinșilor de război, izbăvirea;
să vestesc un an de îndurare al Domnului
și o zi de răzbunare a Dumnezeului nostru;
să mângâi pe cei întristați;
să dau celor întristați din Sion,
să le dau o cunună împărătească, în loc de cenușă,
un untdelemn de bucurie, în locul plânsului,
o haină de laudă, în locul unui duh mâhnit,
ca să fie numiți terebinți ai neprihănirii,
un sad al Domnului,
ca să slujească spre slava Lui.

Isaia 61:1-3

Cum ar fi dacă ai ști că în orașul tău e un magazin unde poți duce tot ce ai stricat, nefolositor, vechi sau care nu mai funcționează și să primești ceva nou în schimb fără să plătești nimic? Dacă ar

exista un astfel de magazin, sunt sigură că ai începe imediat să schimbi numeroase lucruri. Eu sigur aș face-o! Singura condiție pusă de acest magazin este să dai lucrul vechi care e stricat înainte de a-l primi pe cel nou.

Isus ne invită să trăim o viață schimbată. În orice zi, putem schimba o atitudine negativă cu una pozitivă, putem schimba păcatele pe iertare, eșecurile noastre le putem schimba cu îndurare, deznădejdea, cu speranța, și multe alte lucruri bune. Însă nu putem primi lucrul nou până nu renunțăm la cel vechi.

Dacă suntem dispuși să ne predăm, cu tot ce suntem și tot ce avem, lui Isus, El ne va da tot ce are și tot ce este (Ioan 16:15). Ceea ce ne oferă El este cu mult mai bun decât lucrurile la care renunțăm. Gândește-te numai: tot ce are Tatăl ne aparține, iar noi nu trebuie decât să renunțăm la vechile noastre idei și moduri de acțiune pentru a avea ce ne dă Tatăl în fiecare domeniu din viața noastră!

De ce renunțăm atât de greu la tot ce e vechi? Cred că deoarece lucrurile vechi nu conțin niciun mister. Chiar dacă nu ne plac, măcar nu ascund nicio surpriză. Gândul de a renunța la ceea ce avem pentru a intra în ceva necunoscut este înfiorător și tocmai din această cauză, mulți oameni refuză să o facă. Aceștia trăiesc o viață inferioară, dureroasă și neroditoare, de care nu se bucură, când ar putea-o schimba cu una nouă.

Magazinul lui Dumnezeu unde se pot face schimburi este mereu deschis, iar El e mereu dornic să te întâlnească. Însă lucrul trist este că majoritatea oamenilor nici măcar nu știu de existența acestui magazin, iar dacă știu, atunci le e greu să creadă că acel schimb chiar e adevărat.

Frumusețe în loc de cenușă

Un bărbat pe care l-am întâlnit de curând mi-a spus: „Joyce, și eu am fost abuzat în copilărie ca și tine. De atunci, am încetat

să mai trăiesc și am început să supraviețuiesc și numai asta am făcut până când te-am auzit spunând că Dumnezeu vrea să-mi dea frumusețe în schimbul cenușii. După aceea, viața mea s-a schimbat și nu voi mai fi la fel niciodată."

Acest bărbat era creștin de ceva vreme, dar el își ducea suferința la biserică, după care o căra și acasă cu el. El nu știa de marele schimb.

Cu siguranță, Isaia 61:1-3 ne-a schimbat viața mie, dar și pe cea a bărbatului pe care l-am întâlnit și mă rog să o facă și pentru tine. Dumnezeu vrea să-ți dăruiască un suflet frumos și o viață frumoasă, astfel că va lua cenușa trecutului tău, făcând din ea ceva frumos și nou. Dumnezeu poate face totul spre binele nostru dacă Îi permitem (Romani 8:28). Primul pas este să crezi în Isus, dar și că crezi că fiecare dintre promisiunile Sale sunt pentru tine, că acestea pot deveni o realitate în viața ta, pe măsură ce vei face pașii prin credință pe care ți-i arată El.

Poate că identitatea ta e definită de ideea că *Sunt rănită de trecutul meu,* dar aceasta poate deveni *Sunt o făptură nouă în Hristos*. Promisiunea că vom primi frumusețe în schimbul cenușii ne dă speranță și ne motivează să mergem mai departe, în loc să rămânem parcați în momentul suferinței și doar să supraviețuim când am putea să trăim cu adevărat și să ne bucurăm de viață.

Însă trebuie să renunțăm la cenușa noastră, adică să încetăm să ne mai gândim și să vorbim despre trecut, decât dacă trebuie neapărat să o facem din vreun motiv anume. Mai înseamnă și că va trebui să credem că, ajutați de Dumnezeu, trecutul nostru poate deveni doar o amintire. Când mă gândesc sau vorbesc acum despre copilăria mea, mi se pare adesea că parcă m-aș gândi sau aș vorbi despre o persoană pe care am cunoscut-o cu foarte mult timp în urmă.

Isus a deschis ușile închisorii și noi nu trebuie decât să ieșim și să ne începem viața cea nouă alături de El. El a venit să elibereze captivii și să-i ajute pe cei aflați în nevoie sau care au inimile frânte.

El nu numai că deschide ușile închisorii, ci, conform celor scrise de Isaia, ne deschide și nouă ochii. Chiar dacă ușile închisorii în care am trăit sunt deschise acum, nu vom ieși decât dacă vedem că sunt deschise, iar Cuvântul lui Dumnezeu ne arată că sunt. Mă întristează când mă gândesc câți credincioși în Hristos trăiesc cu sufletele rănite fiindcă nimeni nu le-a spus că Isus a deschis ușile închisorii și ei pot fi liberi.

Isus a deschis ușile închisorii și ei pot fi liberi.

Isus vrea să-i mângâie pe cei care jelesc, care sunt triști sau plâng. El a venit ca să anunțe vestea cea bună cum că acum e timpul să primim favoarea lui Dumnezeu. Poate că mereu te-ai simțit lăsat în urmă. Poate că mereu ai fost cea care nu era aleasă în echipă niciodată sau nu a primit niciun premiu. Chiar dacă te-ai simțit ca fiind pe ultimul loc mereu în viața ta, acum e o zi nouă: e ziua favorii lui Dumnezeu!

Când Dumnezeu ne dă favoare, înseamnă că El deschide ușile oportunităților pentru noi, uși pe care numai El le poate deschide, făcându-ne astfel să fim cap și nu coadă, să stăm deasupra și nu dedesubt, după cum a promis (Deuteronomul 28:13). Îți poți închipui bucuria de a trăi cu favoarea Domnului? Poate credem că, dacă suntem favorizați de șeful nostru la lucru este minunat, dar acest lucru nici nu se compară cu a fi favorizat de Dumnezeu. Adevăratele promovări vin de la Dumnezeu, iar El te poate așeza în anumite funcții de cinste care te vor uimi.

Bucurie în locul plânsului

Oamenii care au fost profund răniți trăiesc adesea cu un duh de plâns sau de mâhnire. Ei au un fel de tristețe care e greu de explicat. Poate că au trăit cu aceasta de atâta vreme, încât nici nu-și mai dau seama că este asta. Mereu m-am simțit împovărată în vreun fel, sau că aveam un fel de greutate pe suflet, până când am aflat că puteam schimba acel sentiment pentru bucurie și preamărire.

Acel schimb începe cu decizia de a crede că orice e posibil cu Dumnezeu, iar dacă rămânem nemișcați și răbdători, atunci sentimentele negative vor fi înlocuite cu unele de veselie. Bucuria înlocuiește duhul îngreunat, împovărat și căzut cu care am suferit.

Nu trebuie să păstrezi ceva ce nu funcționează – poți schimba acest lucru. Dacă telefonul nu îți funcționează, imediat te duci la magazin și îl înlocuiești sau îl dai la reparat, dar, în mod ciudat, ne păstrăm viețile disfuncționale. Însă nu mai trebuie să fie așa, fiindcă acum știi că Isus vrea să ți-o schimbe. De curând, mi-am cumpărat o pereche de pantofi care scârțâie când merg. M-am dus la magazinul de unde i-am cumpărat și i-am spus vânzătorului care aștepta ca eu să mă hotărăsc, iar el mi-a răspuns: „Aduceți-i înapoi și vi-i schimbăm fără să vă întrebăm nimic."

Nu trebuie să păstrezi ceva ce nu funcționează.

Eu cumpăr des din acest magazin, unul dintre principalele motive fiind politica lor de returnare. Eu am încredere că, dacă primesc ceva ce nu-mi convine, pot duce produsul înapoi și ei mi-l înlocuiesc. Dacă un astfel de magazin ne produce bucurie, atunci cu cât mai bucuroși ar trebui să fim aflând că și Dumnezeu are un astfel de magazin?

Neprihănirea lui Dumnezeu în schimbul neprihănirii noastre

Niciodată nu vom reuși să facem destule lucruri bune singuri pentru a-L mulțumi pe Dumnezeu. Isaia a spus că neprihănirea noastră e ca o cârpă murdară sau ca o haină stricată (Isaia 64:6). Dumnezeu e perfect, iar ca neprihănirea noastră să fie acceptabilă pentru Dumnezeu, drept ofrandă pentru păcatele noastre, atunci ar trebui să fie perfectă; însă acest lucru nu e posibil pentru niște oameni slabi și cu defecte ca noi. Însă nu dispera, căci ne putem schimba neprihănirea imperfectă cu neprihănirea perfectă a lui Dumnezeu datorită a ceea ce a făcut Isus pentru noi.

> Pe Cel ce n-a cunoscut niciun păcat, El L-a făcut păcat pentru noi, ca noi să fim [înzestrați cu, văzuți drept, exemple de] neprihănirea lui Dumnezeu în El [ceea ce ar trebui să fim, aprobați și acceptabili și cu o relație bună cu El, prin bunătatea Lui] (2 Corinteni 5:21).

Dacă ai trecut cu vederea acest verset, cum facem adesea atunci când citim cărți, te rog să te întorci și să-l citești lent, gândindute la frumusețea lucrurilor care sunt spuse acolo. Ce schimb minunat! Devine a noastră dacă credem doar.

Mare parte din viața mea am simțit că ceva era în neregulă cu mine, cu toate că nu mi-am dat seama niciodată ce anume era. Aveam în minte o placă ce rula mereu: *Ce e în neregulă cu mine? Ce e în neregulă cu mine?* Totul a început în copilărie, când eram abuzată și eram sigură că trebuie să fi fost ceva în neregulă cu mine din moment ce tatăl meu voia să-mi facă acele lucruri oripilante. Eu eram sigură că nu li se mai întâmpla și altor fetițe, cu toate că, de atunci, am aflat cât de des întâlnit e acest lucru, din păcate. Cu cât mai mult continua abuzul, cu atât mai defectă mă simțeam.

Închipuiți-vă ce bucuroasă am fost când am aflat că Dumnezeu, datorită bunătății Sale, mă vedea lipsită de defecte. A durat ceva vreme până când nu m-am mai simțit deloc defectă, dar acestea au dispărut treptat, iar acum e minunat să trăiesc fără vină și rușine, știind și crezând că Dumnezeu mă acceptă. Același lucru e valabil pentru oricine are nevoie și e dispus să creadă în Dumnezeu și să renunțe la tot ce e vechi. Asta m-a ajutat să meditez la acest verset și să-l rostesc, dar și altele asemenea, despre cum să ne împăcăm cu Dumnezeu. M-a ajutat să îmi reînnoiesc mintea, acceptând adevărul lui Dumnezeu în locul minciunilor Satanei, pe care le crezusem cea mai mare parte din viață. Treptat, vechea placă din mintea mea a fost înlocuită cu alta nouă.

Sub legea vechiului legământ conform căruia trăiau israeliții,

pentru a fi iertat de păcate, păcătosul aducea un animal ca jertfă pe altarul lui Dumnezeu, iar fie el, fie preotul, își punea mâinile pe capul animalului și își mărturisea păcatul și vina. Ei credeau că păcatul îi era transferat animalului, care era ucis apoi în locul păcătosului ce merita să moară.

Isus e numit „Mielul lui Dumnezeu, care ridică păcatul lumii" (Ioan 1:29). Când Ioan a făcut această declarație, evreii știau la ce se referea, deoarece ei foloseau adesea mieii pentru jertfa lor. Isus ne oferă marele schimb: El ne ia păcatul și noi primim iertarea Lui. Sub Vechiul Legământ, păcatul era acoperit, dar Isus ne îndepărtează păcatul la fel de departe precum e estul de vest.

> Cât de departe este răsăritul de apus, atât de mult depărtează El fărădelegile noastre de la noi (Psalmii 103:12).
>
> Pentru că le voi ierta nelegiuirile și nu-Mi voi mai aduce aminte de păcatele și fărădelegile lor (Evrei 8:12).
>
> Și nu-Mi voi mai aduce aminte de păcatele lor, nici de fărădelegile lor. Dar, acolo unde este iertare [remitență și anulare a greșelilor] de păcate [încălcări ale legii], nu mai este nevoie de jertfă pentru păcat (Evrei 10:17-18).

Păcatul nu mai este doar acoperit, reamintindu-ți mereu vag de ceea ce ai făcut și făcându-te să te simți vinovată; acesta e îndepărtat complet! Lasă-L pe Isus să-ți ia păcatul și vina, schimbându-le cu iertarea Sa și împăcarea cu Dumnezeu.

Îndurare în locul eșecurilor

Ne putem schimba eșecurile cu îndurarea lui Dumnezeu. Pavel a spus că ar trebui să mergem cu îndrăzneală înaintea tronului de har al Domnului și să primim îndurare în schimbul eșecurilor

noastre (Evrei 4:16). Îndurarea e atunci când Dumnezeu ne dă ceva ce nu merităm. El ne ajută, ne răspunde la rugăciuni, se îngrijește de noi și ne iubește necondiționat, iar noi nu merităm nimic din toate acestea. Însă, datorită îndurării Sale nemărginite, El ne dăruiește toate acestea.

Lista de lucruri pe care le putem schimba este mult prea lungă ca să o pot prezenta în această carte, dar e o altă Carte care conține lista detaliată, adică Biblia. Vreau să te încurajez să o citești și să o studiezi ca să descoperi tot ce are Dumnezeu pregătit pentru tine – dar nu ca o obligație religioasă sau fiindcă simți că asta e datoria ta de creștină. Biblia este cea mai importantă carte de pe pământ și e plină cu niște promisiuni uimitoare... toate aparținându-ți în Hristos!

POSTFAȚĂ

Mă rog ca această carte să ajute milioane de oameni să se vindece de rănile din sufletele lor și să ducă o viață plină de vindecare și împlinire. Dacă nu L-ai primit încă pe Isus ca Mântuitor și Domn, te îndemn să rostești rugăciunea de la sfârșitul acestei cărți și să îți începi cât mai repede viața cea nouă. Să știi că poți vizita magazinul de schimburi cât de des vrei. Dacă ai nevoie, te poți duce chiar și de câteva ori pe zi. Să nu uiți niciodată că ești prețioasă și nespus de iubită și nu numai că Isus s-a dus înainte în cer ca să ne pregătească un loc unde să trăim alături de El pe veci, dar El ne-a pregătit și o viață de împlinire și abundență cât timp ne întreprindem călătoria de aici, de pe pământ. Aceasta nu va fi lipsită de provocări și greutăți, dar, fiindcă El trăiește în noi, vom putea trăi victorioși. Ești mai mult decât biruitoare prin Hristos, care te iubește!

ANEXA I

Drepturi de vot

Atunci când femeile au primit dreptul de a vota în toată lumea:

1893 Noua Zeelandă
1902 Australia[1]
1906 Finlanda
1913 Norvegia
1915 Danemarca
1917 Canada[2]
1918 Austria, Germania, Polonia, Rusia
1919 Olanda
1920 Statele Unite ale Americii
1921 Suedia
1928 Marea Britanie, Irlanda
1931 Spania
1934 Turcia
1944 Franța
1945 Italia
1947 Argentina, Japonia, Mexic, Pakistan
1949 China
1950 India
1954 Columbia
1957 Malaysia, Zimbabwe
1962 Algeria
1963 Iran, Maroc

1964 Libia
1967 Ecuador
1971 Elveția
1972 Bangladesh
1976 Portugalia
1989 Namibia
1994 Africa de Sud
2005 Kuweit
2006 Emiratele Arabe Unite
2011 Arabia Saudită[3]

1. Femeile din Australia, cu excepția celor aborigene, au câștigat dreptul de a vota în 1902. Aborigenii, bărbați și femei, nu au primit dreptul la vot decât în 1962.
2. Femeile din Canada, cu excepția canadiencelor indience, au primit dreptul de a vota în 1917. Indienii canadieni, bărbați și femei, au primit acest drept abia în 1960. Sursa: *The New York Times*, 22 mai, 2005.
3. Regele Abdullah a emis un decret în 2011, ordonând ca femeilor să li se permită să participe în calitate de candidate și să poată vota în cadrul alegerilor municipale, dar prima lor oportunitate s-a ivit abia în decembrie 2015, la aproape un an de la moartea regelui, în luna ianuarie 2015.

Sursa: http://www.infoplease.com/ipa/A0931343.html.

Remunerare inegală

În America, plata medie anuală pentru o femeie care are un serviciu cu normă întreagă, lucrat un an întreg, este de 40.742 de dolari, în timp ce plata medie anuală pentru un bărbat care are un serviciu cu normă întreagă, lucrat un an întreg, este de 51.212

dolari. Aceasta înseamnă că, per total, femeile din Statele Unite sunt plătite cu 80 de cenți pentru fiecare dolar primit de un bărbat, ajungându-se la o diferență anuală de 10.470 de dolari.

Sursa: Biroul Recensământului SUA. (2016). *Current Population Survey, Annual Social and Economic (ASEC) Supplement: Table PINC-05: Work Experience in 2015 People 15 Years Old and Over by Total Money Earnings in 2015, Age, Race, Hispanic Origin, Sex, and Disability Status.* Retras în 12 octombrie 2016, de la http://www.census.gov/data/tables/time-series/demo/income-poverty/cps-pinc/pinc-05.html (calcul nepublicat pe baza plății medii anuale pentru toate femeile și toți bărbații care au lucrat cu normă întreagă, tot anul în 2015).

Începând din ianuarie 2017, femeile dețin acum 27 (5,4%) din pozițiile de director general la cele 500 companii de top din America.

Sursa: http://www.catalyst.org/knowledge/women-ceos-sp-500

Procentajul diferenței de plată în toată lumea (procentajul reprezintă cu cât mai mult primesc bărbații față de femei în toată lumea):

Număr	**Țară**	**% diferență de plată**
1	Coreea	37,5
2	Rusia	32,1
3	Estonia	27,9
4	Japonia	27,4
5	Cipru	25,1
6	India	24,81
7	Ucraina	22,2
8	Germania	20,8
9	Israel	20,7
10	Austria	19,2
11	Canada	19,2
12	Finlanda	18,9

13	Elveția	18,5
14	Marea Britanie	18,2
15	Republica Cehă	18,1
16	Statele Unite	17,8
17	China	17,5
18	Luxembourg	17,3
19	Olanda	16,7
20	Letonia	16,5

Sursa: http://www.movehub.com/blog/global-gender-pay-gap-map.

Dreptul la proprietate

Statul Mississippi le-a permis femeilor să dețină proprietăți pe numele lor în 1839. A fost primul stat care a adoptat această lege. În 1844, femeile căsătorite din statul Maine au devenit primele din Statele Unite care au câștigat dreptul la „separarea economiilor" (dacă o femeie avea un serviciu plătit, își putea controla fondurile respective, fără a primi permisiunea legală de la soțul ei pentru acest lucru).

Sursa: https://en.wikipedia.org/wiki/Timeline_of_women'_legal_rights_(other_than_voting).

Educație

O fată cu un an de educație suplimentar poate câștiga cu 20% mai mult decât un adult.

Sursa: abcnews.go.com(2013).

În lume, încă există 31 de milioane de fete de școală primară care nu merg la școală. Dintre acestea, 17 milioane nici nu vor merge la școală vreodată. Sunt cu 4 milioane mai puțini băieți decât fete care nu merg la școală. Trei țări au peste 1 milion de

fete care nu merg la școală: în Nigeria sunt aproape 5,5 milioane; în Pakistan, peste 3 milioane; în Etiopia, peste 1 milion de fete nu merg la școală (din 2013).

Sursa: Organizația Națiunilor Unite pentru Educație, Știință și Cultură, http://en.unesco.org.org/gem-report/sites/gem-report/files/girls-factsheet-en.pdf.

Femeile educate au mai puține șanse să moară în timp ce nasc. Dacă toate mamele și-ar încheia măcar educația primară, numărul mamelor care mor când nasc ar scădea cu două treimi, salvându-se astfel 98.000 de vieți. În Africa Subsahariană, dacă toate femeile și-ar termina educația primară, numărul femeilor moarte la naștere s-ar reduce cu 70%, salvându-se astfel aproape 50.000 de vieți.

Sursa: Organizația Națiunilor Unite pentru Educație, Știință și Cultură, http://en.unesco.org/gem-report/sites/gem-report/files/girls-factsheet-en.pdf.

Generocid

După ce se nasc, fetițele sunt adesea neglijate și lăsate să moară în loc să fie ucise direct, dar familiile încă mai continuă să înece, sufoce, stranguleze și să abandoneze fetițele. Acum, sunt ucise cam 2 milioane de fetițe în fiecare an pe baza generocidului.

Sursa: Valarie M. Hudson și Andrea M. Den Noer, Bare Branches: the Security Implications of Asia's Surplus Male Population (Cambridge, MA: MIT Press, 2005), 112-113, 157.

Vezi și Mara Hvistendhal, Unnatural Selection: Choosing Boys Over Girls, and the Consequences of a World Full of Men (New York: Public Affairs, 2011).

Unde apare generocidul?

- Asia de Est: China, Vietnam, Singapore și Taiwan

- Asia de Sud: India, Bangladesh, Nepal, Pakistan și Afghanistan
- Asia de Vest: Turcia, Siria, Iran, Azerbaidjan, Armenia și Georgia
- Europa de Est: Albania, România, Muntenegru, Kosovo și Macedonia
- Africa de Nord: Egipt, Tunisia și Algeria
- Africa Subsaharianã: majoritatea țărilor
- Comunitățile asiatice americane din SUA și Canada

Sursa: Klasen și Wink, *Missing Women: A Review of the Debates and an Analysis of Recent Trends,* 2002, disponibil la SSRN: https://ssrn.com/abstract=321861, p.19. Pentru date cu privire la Statele Unite, vezi Douglas Almond și Lena Edlund, „Son-Biased Sex Ration in the 2000 United States Census", *Proceedings of the National Academy of Sciences* 105, no. 15 (15 aprilie 2008): 5681-5682.

Mutilare genitala la femei

Mutilarea genitală la femei include proceduri care modifică sau provoacă răni în mod intenționat organelor genitale feminine din motive nemedicale. Respectiva procedură nu are niciun beneficiu privind sănătatea fetelor sau femeilor. Aceste proceduri pot provoca sângerare masivă și probleme urinare, iar mai târziu, chisturi, infecții, precum și complicații la naștere, crescând riscul de moarte la naștere. Peste 200 de milioane de fete și femei care sunt vii acum au fost tăiate în 30 de țări din Africa, Orientul Mijlociu și Asia, acolo unde apar cele mai multe cazuri de mutilare genitală feminină. Aceasta li se face în mod special tinerelor fete, aflate între vârsta copilăriei și vârsta de 15 ani. Mutilarea genitală feminină este o încălcare a drepturilor omului în cazul fetelor și femeilor.

Sursa: J. Simister, „Domestic Violence and Female Genital Mutilation in Kenya: Effects of Ethnicity and Education", *Journal of Family Violence* 25, nr. 3 (2010): 247-257.

Cam 100-140 de milioane de fete și femei din toată lumea trăiesc acum cu consecințele mutilării genitale feminine, aproximativ 3,3 milioane de fete riscă să fie supuse mutilării genitale feminine în fiecare an, iar în cele 28 de țări pentru care există date cu privire la extinderea acestei practici (27 de țări în Africa și Yemen), peste 101 milioane de fete cu vârsta de 10 ani și mai mari trăiesc cu efectele mutilării genitale feminine.

Sursa: P.S. Yoder, S. Wang și E. B. Johansen, „Female Genital Mutilation/Cutting in African Countries: Estimates of Numbers from National Surveys", lucrare nepublicată.

Consecințe imediate și pe termen lung ale mutilării genitale la femei:

- Durere severă
- Șoc
- Hemoragie (sângerare excesivă)
- Septicemie
- Greutate la urinare
- Infecții
- Moarte
- Consecințe de natură psihologică
- Fuziune neintenționată a labiilor
- Nevoie de operație
- Probleme de natură urinară și menstruală
- Raport sexual dureros și viață sexuală cu probleme
- Infertilitate
- Durere cronică
- Infecții (chisturi, abcese, ulcere genitale, infecții pelviene cronice, infecții ale tractului urinar)

Sursa: OMS Study Group on Female Genital Mutilation and

Obstretic Outcome, „Female Genital Mutilation and Obstretic Outcome: OMS Collaborative Prospective Study in Six African Countries", *Lancet* 367, no. 9525 (2006): 1835-1841; R. Berg, E. Denison și A. Fretheim, *Psychological, Social, and Sexual Consequences of Female Genital Mutilation/Cutting (FGMC/C): A Systematic Review of Quantitative Studies* (Oslo: Nasjonalt Kunnskapssenter for Helsetjenesten, 2010).

Violență și abuz împotriva femeilor

Femeile care au fost abuzate fizic sau sexual de către partenerii lor au de două ori mai multe șanse să facă un avort, de două ori mai multe șanse să sufere de depresie și, în unele regiuni, de 1,5 ori mai multe șanse să dobândească HIV, în comparație cu femeile care nu au suferit de violență din partea partenerilor.

Sursa: OMS, Department of Reproductive Health and Research, London School of Hygiene and Tropical Medicine, South African Medical Research Council, *Global and Regional Estimates of Violence against Women: Prevalence and Health Effects of Intimate Partner Violence and Non-Partner Sexual Violence,* 2013, p.2. Pentru informații legate de fiecare țară, vezi United Nations Department of Economic and Social Affairs, *The World's Women 2015, Trends and Statistics,* capitolul 6, „Violence against Women", 2015.

Una din cinci femei din campusurile liceale din America au fost abuzate sexual.

Sursa: https://www.ncjrs.gov/pdffiles/nij/grants/221153.pdf.

Majoritatea cercetărilor concluzionează că fetele și femeile sunt mult mai supuse riscului de a fi abuzate sexual decât bărbații.

Sursa: Aphrodite Matsakis, *When the Bough Breaks* (Oakland, CA: New Harbinger Publications, 1991).

Un studiu efectuat în rândul prizonierilor închiși pentru

infracțiuni de violență din 1991, arată că dintre toți cei care au fost condamnați pentru viol sau asalt sexual, două treimi au avut ca victime copii, iar trei din patru victime ale lor au fost fete tinere.

Sursa: Lawrence Greenfeld, *Child Victimizers: Violent Offenders and Their Victims: Executive Summary* (Washington, DC: Bureau of Justice Statistics and the Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, US Department of Justice, 1996).

Incest

Cercetările arată că 46% dintre copiii care sunt violați sunt victime ale unor membri ai familiilor lor.

Sursa: Patrick Langan and Caroline Harlow, *Child Rape Victims*, 1992 (Washington, DC: Bureau of Justice Statistics, US Department of Justice, 1994).

Unul dintre cercetătorii de seamă din țară cu privire la abuzul sexual al copiilor, David Finkelhor, estimează că 1 milion de americani sunt victime ale incestului tată-fiică, în fiecare an apărând câte 16.000 de cazuri noi.

Sursa: David Finkelhor, *The Dark Side of Families: Current Family Violence Research* (Newbury Park, CA: Sage Publications, 1983).

• Incestul poate avea efecte pe termen lung foarte grave asupra victimelor sale. În urma unui studiu, s-a ajuns la concluzia că, în rândul supraviețuitorilor incestului care au fost victimele mamelor lor, 60% dintre femei au probleme de nutriție.

Sursa: National Center for Victims of Crime and Crime Victims Research and Treatment Center, *Rape in America: A Report to the Nation* (Arlington, VA: National Center for Victims of Crime and Crime Victims Research and Treatment Center, 1992); Heidi Vanderbilt, Heidi, "Incest: A Chilling Report," *Lears* (February 1992): 49–77.

Trafic de persoane

Ludwig „Tarzan" Fainberg, un traficant de persoane condamnat, a spus: „Poți cumpăra o femeie cu 10.000 de dolari și să-ți scoți apoi banii într-o săptămână dacă e tânără și frumoasă. Apoi, totul e profit."

Sursa: E. Benjamin Skinner, *A Crime So Monstrous: Face- to-Face with Modern- Day Slavery* (New York: Free Press, 2008).

Un traficant de persoane poate câștiga de 20 de ori mai mult decât a plătit pentru o fată. Dacă fata nu a fost agresată fizic atât de grav încât să nu mai fie frumoasă, peștele o poate vinde iar pentru un preț mai mare deoarece el a pregătit-o și i-a frânt spiritul, lucru care îi scapă pe viitorii cumpărători de bătăi de cap. Conform unui studiu efectuat în 2003 în Olanda, în medie, un traficant poate câștiga de pe urma unei singure sclave, cel puțin 250.000 de dolari pe an.

Sursa: E. Benjamin Skinner, *A Crime So Monstrous: Face-to-Face with Modern-Day Slavery* (New York: Free Press, 2008).

Conform Departamentului de Stat al SUA, 600.000 sau 800.000 de oameni sunt victime ale traficului internațional de persoane în fiecare an, 80% dintre aceștia fiind femei, iar jumătate dintre ei, copii.

Sursa: https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-human-trafficking.

Serviciul Național pentru Traficul de Persoane primește cele mai multe apeluri telefonice din Texas, dintre toate statele americane. 15% dintre aceste apeluri sunt din zona Dallas-Forth Worth.

Sursa: https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-human-trafficking.

Traficul de persoane este a treia cea mai mare industrie infracțională (după traficul ilegal de droguri și cel de arme).

Se estimează că generează un profit de 32 de miliarde de dolari anual. Din acest număr, 15,5 miliarde de dolari se câștigă în țările industrializate.

Sursa: https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-human-trafficking.

Cercetătorii arată că traficul de persoane joacă un rol major în răspândirea HIV.

Sursa: Anthony M. Destefano, *The War on Human Trafficking* (Piscataway, NJ: Rutgers University Press, 2007).

Peste 71% dintre copiii care sunt victime ale traficului de persoane au tendințe suicidare.

Sursa: E. Benjamin Skinner, *A Crime So Monstrous: Face-to-Face with Modern-Day Slavery* (New York: Free Press, 2008).

Conform FBI, mare parte din organizațiile de trafic de persoane din California, în anul 2008, nu numai că au amenințat fizic și au bătut fete de numai 12 ani pentru a se prostitua, ci le-au și amenințat regulat cu vrăjitoria.

Sursa: FBI, "International Human Trafficking," November 13, 2009. https://www.fbi.gov/audio- repository/news-podcasts-inside-international-human-trafficking.mp3/view.

ANEXA II:

CINE EȘTI ÎN HRISTOS

Am primit duhul înțelepciunii și descoperirii în cunoașterea lui Isus, ochii inimii fiindu-mi luminați (Efeseni 1:17-18).

Am primit puterea Duhului Sfânt de a pune mâinile pe cei bolnavi, ca aceștia să se însănătoșească, de a alunga demonii, de a vorbi în limbi noi. Am putere asupra întregii puteri a vrăjmașului și nimic nu mă va putea răni (Marcu 16:17-18; Luca 10:17-19).

M-am dezbrăcat de omul cel vechi și m-am îmbrăcat cu omul cel nou, care e reînnoit în cunoașterea după chipul Lui, al Celui care m-a creat (Coloseni 3:9-10).

Am dat și mi s-a dat; mi s-a turnat în sân o măsură bună, îndesată, clătinată, care se varsă pe deasupra (Luca 6:38).

Nu duc lipsă de nimic, căci Dumnezeul meu se îngrijește de toate trebuințele mele, după bogăția Sa, în slavă, în Isus Hristos (Filipeni 4:19).

Pot stinge toate săgețile arzătoare ale celui rău cu scutul credinței mele (Efeseni 6:16).

Pot totul în Isus Hristos (Filipeni 4:13).

Vestesc puterile minunate ale lui Dumnezeu, care m-a chemat din întuneric la lumina Sa minunată (1 Petru 2:9).

Sunt copilul lui Dumnezeu, căci am fost născută din nou din sămânța Cuvântului lui Dumnezeu care nu poate putrezi, care este viu și care rămâne în veac (1 Petru 1:23).

Sunt lucrarea lui Dumnezeu, creată în Hristos pentru fapte bune (Efeseni 2:10).

Sunt o făptură nouă în Hristos (2 Corinteni 5:17).

Sunt un duh care e viu în Dumnezeu (Romani 6:11; Tesaloniceni 5:23).

Sunt o credincioasă, iar lumina Evangheliei strălucește în mintea mea (2 Corinteni 4:4).

Sunt împlinitoare a Cuvântului, binecuvântată în ceea ce fac (Iacov 1:22, 25).

Sunt împreună-moștenitoare cu Hristos (Romani 8:17).

Sunt mai mult decât biruitoare prin Acela care mă iubește (Romani 8:37).

Sunt biruitoare prin sângele Mielului și prin cuvântul mărturisirii mele (Apocalipsa 12:11).

Sunt părtașă a firii dumnezeiești (2 Petru 1:3-4).

Sunt trimisă împuternicită a lui Hristos (2 Corinteni 5:20).

Fac parte dintr-o semințe aleasă, o preoție împărătească, un neam sfânt, un popor răscumpărat (1 Petru 2:9).

Sunt neprihănirea lui Dumnezeu în Isus Hristos (2 Corinteni 5:21).

Sunt templul Duhului Sfânt; eu nu-mi aparțin (1 Corinteni 6:19).

Sunt cap și nu coadă; sunt sus și nu jos (Deuteronomul 28:13).

Sunt lumina lumii (Matei 5:14).

Sunt aleasa Lui, plină de îndurare, bunătate, smerenie, blândețe, cu îndelungă răbdare (Romani 8:33; Coloseni 3:12).

Sunt iertată de toate păcatele prin sângele Lui (Efeseni 1:7).

Sunt izbăvită de sub puterea întunericului și strămutată în Împărăția lui Dumnezeu (Coloseni 1:13).

Sunt izbăvită de blestemul păcatului, bolii și al sărăciei (Deuteronomul 28:15-68; Galateni 3:13).

Sunt bine înrădăcinată, zidită, întărită în credința mea și sporind de mulțumiri (Coloseni 2:7).

Sunt chemată de Dumnezeu să fiu vocea slavei Sale (Psalmii 66:8; 2 Timotei 1:9).

Sunt tămăduită prin rănile lui Isus (Isaia 53:5; 1 Petru 2:24).

Sunt înviată cu Hristos și pusă să șed în locurile cerești (Efeseni 2:6; Coloseni 2:2).

Sunt preaiubită de Dumnezeu (Romani 1:7; Efeseni 2:4; Coloseni 3:12; 1 Tesaloniceni 1:4).

Sunt întărită cu toată puterea, potrivit cu tăria slavei Lui (Coloseni 1:11).

NOTE DE SFÂRȘIT

1 http://www.history.com/topics/womens-history/19th-amendment.

2 US Census Bureau. (2016). *Current Population Survey, Annual Social and Economic* (ASEC) *Supplement: Table PINC-01. Selected Characteristics of People 15 Years and Over, by Total Money Income in 2015, Work Experience in 2015, Race, Hispanic Origin, and Sex*. Retrieved 12 October 2016, from http://www.census.gov/data/tables/time-series/demo/income-poverty/cps-pinc/pinc-01.html (calcul nepublicat bazat pe plata anuală medie pentru toți bărbații și toate femeile care au lucrat cu normă întreagă, tot anul 2015, înmulțit cu numărul total al femeilor care au lucrat cu normă întreagă tot anul în 2015).

3 abcnews.go.com (2013).

4 UNESCO, http://en.unesco.org/gem-report/sites/gem-report/files/girls-factsheet-en.pdf.

5 UNESCO, http://en.unesco.org/gem-report/sites/gem-report/files/girls-factsheet-en.pdf (notă: mai multe linkuri).

6 Gendercide Awareness Project, Gendap.org.

7 Valerie M. Hudson și Andrea M. den Boer, *Bare Branches: The Security Implications of Asia's Surplus Male Population* (Cambridge, MA: MIT Press, 2005), 109–113, 171–172. Vezi și Mara Hvistendahl, *Unnatural Selection: Choosing Boys over Girls, and the Consequences of a World Full of Men* (New York: Public Affairs, 2011).

8 OMS, Department of Reproductive Health and Research, London School of Hygiene and Tropical Medicine, South African Medical Research Council, *Global and Regional Estimates of Violence against Women: Prevalence and Health Effects of Intimate Partner Violence and Non-Partner Sexual Violence*, 2013, p. 2. Pentru informații despre fiecare țară, vezi United Nations Department of Economic and Social Affairs, *The World's Women 2015, Trends and Statistics*, Capitolul 6, "Violence against Women," 2015.

9 UNODC, *Global Report on Trafficking in Persons*, 2014, pp. 5, 1.

10 Organizația Internațională a Muncii, *Minimum Estimate of Forced Labour in the World* (April 2005), p. 6.

11 https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-human-trafficking.

12 Skinner, E. Benjamin, *A Crime So Monstrous: Face-to-Face with Modern-Day Slavery* (New York: Free Press, 2008).

13 https://www.goodreads.com/quotes/230438-in-a-futile-attempt-to-erase-our-past-we-deprive.

14 https://www.goodreads.com/quotes/255850-of-one-thing-i-am-perfectly-sure-god-s-story-never.

15 http://www.encyclopedia.com/humanities/ dictionaries-thesauruses-pictures-and-press- releases/discernment.

16 https://lenski.com/how-to-let-go-of-unresolved-conflict.

17 http://www.sermonsearch.com/sermon-illustrations/1084/not-today.

18 https://www.brainyquote.com/quotes/quotes/t/theodorero380703.html.

19 https://www.goodreads.com/quotes/230436-over-the-years-i-have-come-to-realize-that-the.

20 Ibid.

21 https://www.brainyquote.com/quotes/quotes/g/georgewash158549.html.

22 http://www.healanxietyanddepression.com.

23 https://www.brainyquote.com/quotes/quotes/a/abrahamlin383153.html.

24 http://www.success.com/article/how-to-stand-up-for-yourself.

25 https://www.goodreads.com/quotes/51815-public-opinion-is-a-weak-tyrant-compared-with-our- own.

26 https://www.sciencedaily.com/releases/2011/08/110815162348.htm.

27 http://www.isacs.org/misc_files/SelfEsteem_Report%20-%20Dove %20 Campaign%20for%20Real%20Beauty.pdf.

28 https://www.goodreads.com/quotes/63061-what-we-hope-ever-to-do-with-ease-we-must.

29 https://www.goodreads.com/quotes/42890-how-poor-are-they-that-have-not-patience-what- wound.

AI O RELAȚIE ADEVĂRATĂ CU ISUS?

Dumnezeu te iubește! El te-a creat să fii un individ special, unic, având un scop specific și un plan pentru viața ta. Printr-o relație personală cu Creatorul tău, Dumnezeu, poți descoperi un mod de viață care îți va împlini sufletul.

Oricine ai fi, orice ai fi făcut, sau indiferent în ce etapă a vieții te afli acum, iubirea și harul lui Dumnezeu sunt mai mari decât păcatul tău – greșelile tale. Isus Și-a dat viața de bunăvoie pentru ca tu să fii iertată de Dumnezeu și să ai o viață nouă în El. El așteaptă numai să-L chemi să fie Mântuitorul și Domnul tău.

Dacă ești gata să-ți încredințezi viața lui Isus și să-L urmezi, nu trebuie decât să-I ceri să-ți ierte păcatele și să-ți dea un nou început în viața pe care ești menită să o trăiești. Începe prin a rosti această rugăciune...

Doamne Isuse, Îți mulțumesc că Ți-ai dat viața pentru mine și că mi-ai iertat păcatele ca să pot avea o relație personală cu Tine. Îmi pare sincer rău pentru greșelile pe care le-am făcut și știu că am nevoie să mă ajuți ca să trăiesc corect.

Cuvântul Tău spune în Romani 10:9: „Dacă mărturisești deci cu gura ta pe Isus ca Domn și dacă crezi în inima ta că Dumnezeu L-a înviat din morți, vei fi mântuit." Cred că ești Fiul lui Dumnezeu și mărturisesc că ești Mântuitorul și Domnul meu. Ia-mă așa cum sunt și lucrează în inima mea, făcându-mă așa cum vrei Tu să fiu. Vreau să trăiesc pentru Tine, Isuse, și sunt recunoscătoare că îmi oferi un nou început prin viața mea cea nouă alături de Tine de azi.

Te iubesc, Isuse!

E uimitor să știi că Dumnezeu te iubește atât de mult! El vrea să aibă o relație profundă și personală cu noi, care să crească în fiecare zi, petrecând timp cu El în rugăciune și în studierea Bibliei. Vrem să te încurajăm în viața ta cea nouă în Hristos.

Te rugăm să intri pe site-ul joycemeyer.org/salvation pentru a cere cartea lui Joyce *A New Way of Living*, care e darul nostru pentru tine. Avem și alte resurse gratuite online pentru a te ajuta să dobândești tot ce ți-a pregătit Dumnezeu.

Felicitări pentru noul tău început al vieții în Hristos!

DESPRE AUTOARE

Joyce Meyer este unul dintre învățătorii biblici practici de seamă ai lumii. Fiind autoare de bestseller în lista The New York Times, cărțile lui Joyce au ajutat milioane de oameni să găsească speranță și restaurare prin Isus Hristos. Emisiunile lui Joyce, *Bucură-te de fiecare zi* și *Everyday Answers with Joyce Meyer*, sunt difuzate în toată lumea la televizor, radio și pe Internet. Prin intermediul lucrării Joyce Meyer Ministries, Joyce ține predici în toată lumea pe diferite subiecte, punând accent mai mult pe modul în care Cuvântul lui Dumnezeu poate fi aplicat în viețile noastre de fiecare zi. Stilul său de a comunica foarte sincer îi permite să vorbească în mod deschis și practic despre experiențele sale, astfel că și alții pot folosi în viețile lor ceea ce a învățat ea.

Joyce a scris peste 100 de cărți, acestea fiind traduse în peste 100 de limbi, peste 65 de milioane de exemplare din cărțile sale fiind distribuite în toată lumea. Printre cărțile ajunse bestseller se numără: *Power Thoughts*; *The Confident Woman*; *Look Great, Feel Great*; *Starting Your Day Right*; *Ending Your Day Right*; *Approval Addiction*; *How to Hear from God*; *Beauty for Ashes* și *Câmpul de bătălie al minții*.

La baza viziunii lucrării Hand of Hope, lucrarea de misiune a organizației Joyce Meyer Ministries, stă pasiunea lui Joyce de a ajuta oamenii suferinzi. Hand of Hope oferă programe umanitare în toată lumea, precum programe de oferire a hranei, îngrijire medicală, orfelinate, răspuns în caz de calamități, intervenție în cazuri de trafic uman și reabilitare și multe altele – împărtășind mereu iubirea și Evanghelia lui Hristos.

JURNAL

Ținerea unui jurnal este un mod profund de a-ți îmbogăți călătoria spirituală, permițându-ți să pătrunzi până în străfundul ființei tale. Aici nu există răspunsuri corecte sau greșite. Fii deschisă și sinceră cu tine însăți, dar și cu Dumnezeu, și așa vei găsi ceea ce cauți.

. . .

În Efeseni 1:17-18 scrie că ai primit un duh de înțelepciune și descoperire în cunoașterea lui Isus, ochii inimii fiindu-ți luminați. După ce ai citit cartea Vindecarea sufletului unei femei, poți spune că te înțelegi mai bine pe tine însăți? Cum îți vei continua procesul de vindecare de aici înainte? Așterne-ți gândurile pe hârtie.

Dumnezeu se îngrijește de toate trebuințele tale, după bogăția Sa (Filipeni 4:19) și ceea ce ți-a pregătit El este nemăsurat mai bine decât lucrurile la care renunți. Îți e greu să renunți la ceva ce știi că ar trebui să-I predai lui Dumnezeu? Dacă da, spune ce anume și de ce.

În 1 Petru 2:9 scrie că vestești puterile minunate ale lui Dumnezeu, care te-a chemat din întuneric la lumina Sa minunată. Notează momentele dificile în care te-a ajutat Dumnezeu și cum ai devenit o făptură nouă în Hristos.

Peste tot în Biblie, Dumnezeu spune că ești preaiubită (Romani 1:7; Efeseni 2:4-5; Coloseni 3:12; 1 Tesaloniceni 1:4). Notează cinci declarații care să-ți reamintească faptul că ești preaiubita Lui. Spune-ți asta în fiecare zi și roagă-te în fiecare dimineață ca adevărul Său să ți se reveleze.

Credința nu numai că te călăuzește în umblarea ta zilnică, ci te și protejează. Când crezi cu adevărat că ai fost împăcată cu Dumnezeu prin credința în Hristos, vei reuși să scapi de sentimentele de vină, condamnare și rușine. În Efeseni 6:16 scrie că vei putea stinge toate săgețile arzătoare ale celui rău datorită scutului credinței tale. Ce semnificație are pentru tine acest verset? Cum te simți să știi că Dumnezeu te ține în siguranță?

Ești lucrarea lui Dumnezeu, zidită în Hristos pentru fapte bune (Efeseni 2:10). Bucură-te de cine ești și notează cel puțin cinci lucruri care-ți plac la tine. Spune o rugăciune de mulțumire pentru faptul că ai fost creată după chipul Său.

În Iacov 1:22-25 scrie că dacă faci ceea ce-ți arată Dumnezeu prin Cuvântul Său, vei fi binecuvântată în ceea ce faci. Scrie despre cum ai putea trăi acest concept. Ce anume poți face pe durata întregii zile ca să „împlinești Cuvântul”?

În Romani 8:17 scrie că ești împreună-moștenitoare cu Hristos. Scrie acest verset cu propriile-ți cuvinte și meditează asupra faptului că moștenirea ta în Dumnezeu e mai mare decât orice necaz pe care l-ai îndura.

Ce crezi că înseamnă să fii mai mult decât biruitor în Hristos (Romani 8:37)? Crezi asta despre tine însăți? Scrie de ce da sau de ce nu, iar apoi scrie o rugăciune prin care să-I ceri lui Dumnezeu să-ți sporească credința ca să te poți considera o biruitoare.

În Coloseni 2:7 scrie că suntem chemați să fim înrădăcinați în Hristos, zidiți, întăriți în credință și sporind cu mulțumiri. Notează versetele care te ajută să fii înrădăcinată și scrie cel puțin trei lucruri pentru care ești recunoscătoare în cadrul călătoriei tale de vindecare.

În Apocalipsa 12:11 scrie că ești biruitoare prin sângele Mielului și prin cuvântul mărturisirii tale. Ți-ai împărtășit mărturia cu cineva de când ai citit Vindecarea sufletului unei femei? S-a schimbat în vreun fel aceasta? Scrie despre asta aici și concentrează-te asupra progresului tău în loc să te gândești la cât mai ai de parcurs.

Ești întărită cu toată puterea, potrivit cu tăria slavei Sale (Coloseni 1:11). Cine altcineva din viața ta te întărește și te sprijină? Scrie despre cum această persoană îți ridică moralul și te sprijină în călătoria ta de vindecare. Rostește o rugăciune de mulțumire către Dumnezeu pentru că ți-a adus această persoană în viaţa ta.

În Deuteronomul 28:13 scrie că ești cap și nu coadă; ești deasupra și nu dedesubt. Scrie cinci lucruri care nu ești. Ce spun aceste lucruri despre tine și despre călătoria ta de vindecare?

Noi, credincioșii, facem parte dintr-o semințe aleasă, un neam sfânt (1 Petru 2:9). Poți încuraja alte femei care poate sunt în necaz? Cum te poți folosi de povestea ta pentru a împărtăși iubirea lui Hristos?

Ce speranțe și dorințe ai cu privire la viitor, după ce Isus îți va alunga durerea și suferința? După ce anume tânjești? Roagă-L pe Dumnezeu să te călăuzească și preamărește-L pentru viitoarele binecuvântări.

În Isaia 53:5 scrie că suntem vindecați prin rănile lui Isus și suntem chemați de către Dumnezeu pentru a-L preamări (Psalmii 66:8). Scrie o rugăciune de recunoștință față de Dumnezeu pentru că te-a mântuit și pentru că ți-a vindecat sufletul.

Învățătoarea biblică de renume mondial, Joyce Meyer, se folosește de propria poveste legată de abuz pentru a le arăta femeilor modul în care iubirea mântuitoare a lui Hristos poate vindeca rănile emoționale, aducând bucurie în viață.

Oare o femeie care a fost rănită profund ar putea fi vindecată atât în inimă, cât și în suflet? Dacă a fost rănită de către un bărbat pe care l-a iubit și în care a avut încredere, mai poate iubi și avea încredere din nou? Fiind ea însăși o femeie care a îndurat ani întregi de abuz, abandon și trădare din partea celor apropiați, Joyce Meyer poate răspunde cu un „Da!" răsunător.

Optimismul lui Meyer se datorează propriei călătorii și faptului că a văzut cum numeroase femei care nu credeau că-și pot depăși durerea – neștiind nici măcar de unde să înceapă – au găsit călăuzirea de care aveau nevoie în înțelepciunea Bibliei ce le-a schimbat viețile.

Bestsellerul lui Meyer Beauty for Ashes relatează povestea ei legată de vindecare. Acum, după trecerea mai multor ani, cartea VINDECAREA SUFLETULUI UNEI FEMEI pătrunde mai profund în povestea lui Joyce, dar și în călătoria de vindecare a tuturor femeilor. Fiecare capitol te îndrumă cum să depășești orice obstacol ce te-ar putea împiedica să îți afli adevăratul destin de preaiubită a Domnului, iar o secțiune specială de jurnal te va ajuta să te eliberezi de cele mai grele lupte ale tale. Dumnezeu poate vindeca orice suferință și chiar vrea să facă asta în tine. Fie ca VINDECAREA SUFLETULUI UNEI FEMEI să fie primul pas către viitorul minunat și plin de bucurie pe care ți l-a pregătit Dumnezeu.

„Bucură-te în fiecare zi”, programul ei de televiziune și radio este difuzat în întreaga lume și are o audiență potențială de trei miliarde de oameni. De la lupta ei cu cancerul de sân până la problemele zilnice ale vieții, Joyce Meyer vorbește într-un mod deschis și practic, despre experiențele personale pentru ca alți creștini să se bucure de libertate în viață.

Puteți viziona, în fiecare săptămână, emisiunea *„Bucură-te în fiecare zi”* pe canalul ***Alfa Omega TV*** (informații despre difuzare: www.alfaomega.tv, la secțiunea ProgramTV).

De asemenea, emisiunile ei pot fi vizionate, atât în limba română, cât și în limba maghiară, online pe www.alfaomega.tv/mediacenter.

Mesajele lui Joyce Meyer pot fi vizualizate într-o varietate de limbi la adresa: tv.joycemeyer.org

Sediul central:

Joyce Meyer Ministries
P.O. Box 655
Fenton, MO 63026
U.S.A. +(1) 636-349.0303
www.joicemeyer.org

Informații recepție satelit Alfa Omega TV: www.alfaomega.tv/receptie

Oferim gratuit cărți scrise de Joyce Meyer

Trebuie doar să ne contactezi la comenzi@alfaomega.tv, sau la telefon 0256-284.913. Ne-ar bucura dacă ne-ai putea scrie și câteva rânduri despre cum vezi tu emisiunile lui Joyce sau alte impresii personale.

Joyce ar fi extrem de bucuroasă să primească mesajele și părerile telespectatorilor.

VORBIND DESCHIS DESPRE...

o nouă serie de cărți scrise de binecunoscuta autoare Joyce Meyer, concentrându-se asupra biruinței în lupta cu emoțiile prin puterea Cuvântului lui Dumnezeu.

1. Vorbind deschis despre depresie
2. Vorbind deschis despre descurajare
3. Vorbind deschis despre stres
4. Vorbind deschis despre singurătate
5. Vorbind deschis despre nesiguranță
6. Vorbind deschis despre frică
7. Vorbind deschis despre îngrijorare

De asemenea, puteți descărca gratuit varianta electronică a seriei „Vorbind deschis despre...", la adresa: www.alfaomega.tv/viata-spirituala/vorbind-deschis-despre.

Oferim următoarele resurse video pe DVD

- O viață - povestea lui Joyce Meyer **(1 DVD/20 lei)**
- Câmpul de bătălie al minții **(2 DVD-uri/30 lei)**
- Nu mai fi supărat pe tine însuți **(1 DVD/20 lei)**
- Scapă de teamă și îngrijorare **(1 DVD/20 lei)**
- Fii încrezător! **(1 DVD/20 lei)**
- **Setul complet (110 lei)**

La comanda setului complet, taxa de expediere este GRATUITĂ

Pentru comenzi:
www.alfaomega.tv/librarie | 0256/284.913 | comenzi@alfaomega.tv

Câmpul de bătălie al minții (Carte)

Autoarea îți arată cum să îți schimbi viața schimbându-ți gândurile. Ea te învață cum să faci față miilor de gânduri pe care le ai în fiecare zi și cum să îți faci mintea să gândească cum gândește Dumnezeu.